

纪念

[中文 – Chinese – صيني]

穆罕默德·本·伊布拉欣·本·阿布杜拉·艾勒图外洁利

翻译:艾布阿布杜拉·艾哈默德·穆士奎

校正: 李霞

﴿الأذكار﴾

« باللغة الصينية »

محمد بن إبراهيم بن عبد الله التويجري

ترجمة: أبو عبد الله أحمد بن عبد الله الصيني

مراجعة: لي تشونغ شيئاً

目 录

1-记念的优越.....	5
2-记念的种类	16
①-早晚的记念词	16
②-普通的记念词	29
③-特殊的记念词，它包含以下内容.....	37
1. 一般情况的记念词	37
2. 困难时的记念词	44
3. 特殊事件时的记念词	56
3-穆斯林用于免遭恶魔伤害的祈祷词和记念词	66
4-治疗魔术与中邪	86
5-治疗毒眼	96

第一：记念的优越

☞-先知（愿主赐福之，并使其平安）针对记念真主的指导

对于记念伟大尊严的真主，先知（愿主赐福之，并使其平安）是最完善的人。他时时刻刻，在各种情况下都记念真主，他所有的言词都是在连续不断地记念真主，他的命令，禁止，立法都是对超绝万物的真主的记念；他告知真主的美名，属性，行为和裁决也是对自己养主的记念；他赞颂自己的养主，赞颂他清净，赞颂他伟大，颂扬他，向他祈求，向他祈祷，畏惧他的惩罚，以及渴望他的慈悯，也是对自己养主的记念。愿真主赐福他幸福，平安。

☞-在这一篇中引证了《古兰经》和正确的《圣训》中提到的法定的记念词。

☞-记念真主是最简单，最容易，最荣耀，最优越地崇拜真主的方式之一。舌头的运动是各个肢体中最轻的运动，然而真主确已为它安排的恩惠和慈恩，并未为它安排其它的工作。

☞-记念与祈祷的形式

记念和祈祷真主原本是秘密的工作，除非是经训中提到的公开地记念和祈祷真主的则例外。

①-清高的真主说：

١- قال الله تعالى: ﴿وَإِذْ كُرِّبَكَ فِي نَفِسِكَ تَضَرَّعًا وَخِفَةً وَدُونَ الْجَهَرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْفَقِلِينَ﴾ [الأعراف: ٢٠٥].

【[205]你当朝夕恭敬而恐惧地纪念你的主，应当低声赞颂他，你不要疏忽。】^①

②-清高的真主说：

٢- قال الله تعالى: ﴿أَذْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرَّعًا وَخِفَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ﴾ [الأعراف: ٥٥].

【[55]你们要虔诚地，秘密地祈祷你们的主，他确是不喜欢过分者的。】^②

☞-纪念真主的裨益

记念真主有许多伟大的，重要的裨益：

记念真主能获得至慈主的喜悦，能驱逐恶魔，使困难为容易，消除邪恶，消去忧愁和悲伤，加强身心，使内心和面容充满光明，带来给养，消除畏惧；记念真主也是在乐园里的栽种。

记念真主消除错误，使人脱离真主的惩罚，消除仆人与自己养主之间的恐惧；记念真主能使仆人喜悦和亲近真主，向真主忏悔，接近真主。记念真主能给记念者带来力

① 《高处章》第 205 节

② 《高处章》第 55 节

量，能给记念者赋予荣耀，敬畏和援助，是安宁降临记念者的因素，也是真主的慈悯笼罩他们，众天使为他们落下翅膀，真主对阙前的爱仆提起他们，众天使争先记录他们的因素；因此，伟大尊严的真主命令我们持之以恒地记念他。清高的真主说：

قال الله تعالى: ﴿إِنَّمَا الَّذِينَ آمَنُوا أَذْكَرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴾ [٤١] وَسَيَحْوِيْهُ بَكْرًا
[الأحزاب: ٤٢-٤١].

【[41]信士们啊！你们应当常常记念真主，[42]你们应当朝夕赞颂他超绝万物。】^①

☞ - 长存的善功

包括所有真主的喜悦的善功——记念，祈祷，以及其它的各种功修，如：

1-赞美真主超绝万物 (سبحان الله)：意思是“赞颂真主，赞颂他远离一切缺陷和不足，否认在他的养育性和神性方面没有任何伙伴，同样也否认在他的美名和属性方面也没有类似的。”

2-一切赞颂全归真主 (الحمد لله)：意思是“确定所有的赞颂全部归于真主，在他的本身，美名和属性方面是值得赞扬的，在他的行为，施恩，制度和法律方面也是值得称

^① 《同盟军章》第 41-42 节

赞的。”

3-除真主之外，绝无应受崇拜的 (لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ)：意思是“只有真主才是真正应受朝拜者，否定所有被造物具备受崇拜的属性，确定崇拜只归独一无二的真主。”

4-真主至大 (اللَّهُ أَكْبَرُ): 意思是“确定伟大，崇高和至大的属性通归独一无二的真主。”

5-无能为力，全凭真主 (لَا حُوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ): 意思是“唯一的真主是拥有力量和权力者，也只有真主能改变状况，我们无能力做任何工作，除非凭借真主的帮助。”

☞-记念真主的优越

①-清高的真主说：

﴿١٥٦﴾ ١- قال الله تعالى: ﴿فَإِذْكُرْنِي أَذْكُرْكُمْ وَأَشْكُرْنِي لَوْلَا تَكْفُرُونَ﴾ [البقرة: ١٥٦].

【[152] 故你们当记念我，(你们记念我)，我就记起你们；你们当感谢我；不要孤负我。】^①

②-清高的真主说：

٢- قال الله تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطَمِّنُ قُلُوبُهُمْ يَذْكُرُ اللَّهُ أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمِئِنُ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨].

【[28]他们信道，他们的心境因记忆真主而安静，真

^① 《黄牛章》第 152 节

的，一切心境因记忆真主而安静。】^①

❸-清高的真主说：

٣- قال الله تعالى: ﴿وَالذِّكْرُ كَثِيرٌ أَعْدَ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا﴾ [الأحزاب: ٣٥].

【[٣٥]……常念真主的男女，真主已为他们预备了赦宥和重大的报酬。】^②

❹-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٤- عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى: أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي، وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِي، فَإِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ذَكْرُتُهُ فِي نَفْسِي، وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلِءِ ذَكْرُتُهُ فِي مَلِءِ خَيْرٍ مِنْهُمْ، وَإِنْ تَقَرَّبَ شِبْرًا إِلَيَّ تَقَرَّبُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبُتُ إِلَيْهِ بَاعًا، وَإِنْ أَتَانِي يَمْشِي أَتَيْتُهُ هَرْوَلَةً». متفق عليه.

“清高的真主说：我正如仆人对我坚信的那样。当他记念我时，我跟他同在；如果他在内心记我，我也在内心记他；如果他在众人面前记念我，我就在众天使面前记起他。如果他接近我一柞，我就接近谁一尺；如果他接近我一尺，我就接近谁一丈；如果他走着来看我，我就跑着去迎接谁。”^③

①《雷霆章》第 28 节

②《同盟军章》第 35 节

③《布哈里圣训集》第 7405 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 2675 段

❸-艾布穆沙（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٥- عن أبي موسى قال: قال رسول الله ﷺ: «مَثُلُ الَّذِي يَذْكُرُ رَبَّهُ وَالَّذِي لَا يَذْكُرُ رَبَّهُ مَثُلُ الْحَيِّ وَالْمَيِّتِ». أخرجه البخاري.

“记念主的人与不记念主的人，犹如活人与死人的例子一样。”^①

❹-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）曾在麦加的路上行走，途经一座被称之为朱姆丹的山时，他说：

٦- وعن أبي هريرة قال: كان رسول الله ﷺ يسير في طريق مكة، فمر على جبل يقال له جمدان. فقال: «سِيرُوا هَذَا جُمَدَانَ سَبَقَ الْمُفَرَّدُونَ» قالوا: وما المفردون يا رسول الله؟ قال: «الَّذَا كَرُونَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالَّذَا كَرِاثُ». أخرجه مسلم.

“你们前进吧！这是朱姆丹山，那些独特的人确已领先了。”他们问：“主的使者啊！什么是独特的人？”使者说：“就是那些常念真主的男女。”^②

☞-记念真主场所的贵重

❶-艾安尔·艾布穆斯林的传述，他说：我作证艾布胡莱赖和艾布赛尔德·艾勒胡德利（愿主喜悦他俩）曾经作证先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

① 《布哈里圣训集》第 2676 段

② 《穆斯林圣训集》第 2700 段

١- عن الأغر أبي مسلم أنه قال: أشهد على أبي هريرة وأبي سعيد الخدري رضي الله عنهمَا أنهما شهدا على النبي ﷺ أنه قال: «لَا يَقْعُدُ قَوْمٌ يَذْكُرُونَ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ إِلَّا حَفَّتُهُمُ الْمَلَائِكَةُ، وَغَشَّيْتُهُمُ الرَّحْمَةُ، وَنَزَّلْتُ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ، وَذَكَرُهُمُ اللَّهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ». أخرجه مسلم.

“只要有一伙人坐下来记念伟大尊严的真主，众天使就会围饶着他们，慈悯就会笼罩着他们，安宁就会降临于他们，真主就会对自己跟前的众天使表扬他们。”^①

❷-穆阿维耶（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）出来看到他的弟子们环坐在一起，使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٦- وعن معاوية رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ خرج على حلقة من أصحابه فقال: «مَا أَجْلَسْتُكُمْ»، قالوا: جلسنا نذكر الله ونحمده على ما هدانا للإسلام، ومن به علينا. قال: «الله مَا أَجْلَسْتُكُمْ إِلَّا ذَاك؟»، قالوا: والله! ما أجلسنا إلا ذاك. قال: «أَمَّا إِنِّي لَمْ أَسْتَحِلْ فَكُمْ تُهْمَةً لَكُمْ وَلَكُنَّهُ أَتَانِي جِبْرِيلُ فَأَخْبَرَنِي أَنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يُبَاهِي بِكُمُ الْمَلَائِكَةَ». أخرجه مسلم

“什么事让你们这样坐着？”他们说：“我们坐着记念真主，赞颂真主引导和恩赐我们伊斯兰。”他说：“指主发誓！你们就为此事而坐着？”他们说：“指主发誓！我们就为此事而坐着。”使者说：“真的，我让你们发誓，并不是怀疑你们，而是因为吉布笠莱天使降临我，他告诉我真主

^① 《穆斯林圣训集》第 2700 段

在众天使面前夸耀你们。”^①

❸-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

-٣ وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «إِنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى مَلَائِكَةً سَيَّارَةً فُضْلًا يَتَتَّبِعُونَ مَجَالِسَ الْمُذْكُرِ فَإِذَا وَجَدُوا مَجْلِسًا فِيهِ ذِكْرٌ قَدِعُوا مَعْهُمْ وَحَفَّ بَعْضُهُمْ بَعْضًا يَأْجُنِحُّهُمْ حَتَّى يَمْلَأُوا مَا بَيْنَهُمْ وَبَيْنَ السَّمَاءِ الدُّنْيَا فَإِذَا تَفَرَّقُوا عَرَجُوا وَصَدِعُوا إِلَى السَّمَاءِ». متفق عليه.

“清高真主有一些天使到处视察，寻找记念真主的场所。当他们发现有记念真主的场所时，他们便跟记念真主的人坐在一起，并相互用自己的翅膀将他们通天彻地地包围起来，当他们的记念结束散开时，他们便升回天上。”^②

☞-任何场所都必须记念清高的真主，以及祝福他的先知（愿主赐福之，并使其平安），

❶-清高的真主说：

١- قَالَ اللَّهُ تَعَالَى: ﴿وَذَكِّرْ أَنْسَرِكَ وَتَنَّلِ إِلَيْهِ تَنْتِيلًا﴾ [المزمول: ٨]

【[8]故你应当记念你的主的尊名，你应当专心致志地敬事他。】^③

❷-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

①《穆斯林圣训集》第 2701 段

②《布哈里圣训集》第6408 段，《穆斯林圣训集》第2689 段，原文出自《穆斯林圣训集》

③《披衣的人章》第 8 节

٤- عن أبي هريرة رض أن النبي ص قال: «مَا جَلَسَ قَوْمٌ مَجْلِسًا لَمْ يَذْكُرُوا اللَّهَ فِيهِ، وَلَمْ يُصَلُّوا عَلَى نَبِيِّهِمْ، إِلَّا كَانَ عَلَيْهِمْ تِرَةً، فَإِنْ شَاءَ عَذَّبَهُمْ، وَإِنْ شَاءَ عَفَّرَ لَهُمْ». أخرجه أحمد والترمذى.

“任何一伙人坐在一个场所里，他们在其中没有记念真主，也没有祝福他们的先知，那么，他们都有一种罪责。如果真主意欲，就惩罚他们；如果真主意欲，就饶恕他们。”^①

❸-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

٥- عن أبي هريرة رض أن النبي ص قال: «مَا مِنْ قَوْمٍ يَقُولُونَ مِنْ مَجْلِسٍ لَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ فِيهِ إِلَّا قَامُوا عَنْ مِثْلِ حِفَةِ حِمَارٍ، وَكَانَ لَهُمْ حَسْرَةً». أخرجه أبو داود والترمذى.

“任何一伙人从一个没有记念真主的场所里站起来，他们在其中，那么，他们好像从一头死驴的尸身旁离开一样，他们真可悲。”^②

☞ - 坚持记念清高真主的优越

❶-清高的真主说：

١- قال الله تعالى: ﴿إِنَّ فِي خَلْقِنِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَآخْتِلَافِ الْأَيَّلِ وَالنَّهَارِ لَذِكْرِي لِأُذْنِي الْأَلَيْبِ﴾ ١٦٦ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قَيْدًا وَقُعُودًا وَعَلَى جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ

①正确的圣训，《艾哈默德圣训集》第9580段，《正确丛书》第74段，《提勒秘日圣训集》第3380段，原文出自《提勒秘日圣训集》

②正确的圣训，《艾布达吾德圣训集》第4855段，原文出自《艾布达吾德圣训集》，《提勒秘日圣训集》第3380段

الْسَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطَلًا سُبْحَانَكَ فَقَنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٩١﴾ [آل عمران: ١٩١-١٩].

【[190]天地的创造，昼夜的轮流，在有理智的人看来，此中确有许多迹象。[191]他们站着，坐着，躺着记念真主，并思维天地的创造，（他们说）：“我们的主啊！你没有徒然地创造这个世界。我们赞颂你超绝万物，求你保护我们，免受火狱的刑罚。】^①

②-清高的真主说：

٢- قال الله تعالى: ﴿فَإِذَا قُضِيَتِ الْأَصْلَوَةُ فَأَنْتُشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْنُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَأَذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ نُتَّلِحُونَ﴾ [الجمعة: ١٠].

【[10]当礼拜完毕时，你们当散布在大地上寻求真主的恩惠，你们应当多多地记念真主，以便你们成功。】^②

③-阿布杜拉·本·白西尔（愿主喜悦他）的传述，有一男子说：

٣-عن عبد الله بن بسر رضي الله عنه أن رجلاً قال: يا رسول الله إن شرائع الإسلام قد كثرت على فأخبرني بشيء أتشبّث به قال: «لا يزال لسانك رطباً من ذكر الله». أخرجه الترمذى وابن ماجه.

“主的使者啊！伊斯兰的法律对我来说太多了，你告诉我一件我常守不懈的善功吧！”使者说：“让你的舌头因

① 《伊姆兰的家属章》第 190-191 节

② 《聚礼章》第 10 节

为记念真主而一直成为湿润的。”^①

❸-艾布戴尔达易（愿主喜悦他）的传述，他说：先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

٤-عن أبي الدرداء قال: قال النبي ﷺ: «أَلَا أَنْبِئُكُمْ بِخَيْرٍ أَعْمَالِكُمْ، وَأَرْكَاهَا عِنْدَ مَلِيكِكُمْ، وَأَرْفَعُهَا فِي دَرَجَاتِكُمْ، وَخَيْرٌ لَكُمْ مِنْ إِنْفَاقِ الدَّهَبِ وَالْوَرِقِ، وَخَيْرٌ لَكُمْ مِنْ أَنْ تَلْقَوْا عَدُوَّكُمْ فَتَضْرِبُوا أَعْنَاقَهُمْ وَيَضْرِبُوا أَعْنَاقَكُمْ» قالوا: بَلَّ قَالَ: «ذِكْرُ اللَّهِ تَعَالَى». أَخْرَجَهُ التَّرمذِيُّ وَابْنُ مَاجَهُ.

“我告诉你们一件最美好的善功好吗？它在你们的主看来是最纯洁的，在你们品级中是最高的，对你们比施舍的金银更好，对你们比遇到敌人，相互厮杀更优越？”他们说：“好啊！”他说：“记念清高的真主。”^②

❹-阿依莎（愿主喜悦她）的传述，她说：

٥-عن عائشة رضي الله عنها قالت: كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَذْكُرُ اللَّهَ عَلَى كُلِّ أَحْيَانِهِ. أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ.

“先知（愿主赐福之，并使其平安）时时刻刻都记念真主。”^③

①正确的圣训，《提勒秘日圣训集》第3375段，原文出自《提勒秘日圣训集》，《伊本马哲圣训集》第3793段

②正确的圣训，《提勒秘日圣训集》第3377段，原文出自《提勒秘日圣训集》，《伊本马哲圣训集》第3790段

③《穆斯林圣训集》第373段

第二：记念的种类

1-早晚的记念词

☞ -记念的时间：

早晨：从黎明至太阳升起。

晚上：从进入晡礼的时间至太阳没落；对于忙碌或忘记者，时间是充足的。

قال الله تعالى: ﴿فَاصِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَسَيَتْحِمْ بِمُحَمَّدٍ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الْشَّمْسِ

وَقَبْلَ الْغَرْبَةِ﴾ [ق: ٣٩]

【[39]故你应当忍受他们所说的谰言。在日出和日落之前，你应当赞颂你的主。】^①

☞ -早晚的记念词

☞ -艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: «مَنْ قَالَ حِينَ يُصْبِحُ، وَحِينَ يُمْسِي: سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ مِائَةَ مَرَّةٍ، لَمْ يَأْتِ أَحَدٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِأَفْضَلَ مِمَّا جَاءَ بِهِ، إِلَّا أَحَدٌ قَالَ مِثْلَ مَا قَالَ، أَوْ زَادَ عَلَيْهِ». أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ.

“谁早晨与晚上说了一百遍‘赞主超绝，赞颂真主’，在复生日，没有任何人比他所带来的更优越了，除非说了

^① 《戛弗章》第39节

类似他所说的或者比他说的更多的人。”^①在另一传述中提到：

«مَنْ قَالَ سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ فِي يَوْمٍ مِائَةَ مَرَّةٍ حُطِّتْ خَطَايَاهُ وَلَوْ كَانَتْ مِثْلَ زَبَدِ الْبَحْرِ». متفق عليه.

“谁每天说了一百遍‘赞主超绝，赞颂真主；’那么，他所有的错误都被消除了，即使他的错误如同海水的泡沫一样多也罢！”^②

☞-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ قَالَ: «مَنْ قَالَ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ فِي يَوْمٍ مِائَةَ مَرَّةٍ، كَانَتْ لَهُ عَدْلًا عَشْرَ رِقَابٍ، وَكُتِّبَتْ لَهُ مِائَةُ حَسَنَةٍ، وَمُحِيطٌ عَنْهُ مِائَةُ سَيِّئَةٍ، وَكَانَتْ لَهُ حِرْزاً مِنَ الشَّيْطَانِ يَوْمَهُ ذَلِكَ حَقّ يُمْسِي، وَلَمْ يَأْتِ أَحَدٌ أَفْضَلَ مِمَّا جَاءَ بِهِ إِلَّا أَحَدٌ عَمِلَ أَكْثَرَ مِنْ ذَلِكَ». متفق عليه.

“谁每天念一百遍：‘除独一无二的真主之外，绝无应受崇拜的，他拥有一切权力，拥有一切赞美，他确是大能于万物的主’；那么，这个记念词对于他犹如释放了十个奴隶的回赐，并为他记录一百件善功，消除他的一百件过错；这个记念词是他那一天中的堡垒，保护他免遭恶魔的伤害，直至夜晚；没有任何人比他带来的更优越了，除非是比他

^① 《穆斯林圣训集》第2692段

^② 《布哈里圣训集》第6405段，《穆斯林圣训集》第2691段，原文出自《穆斯林圣训集》

做的更多者。”^①

☞—善达迪·本·奥斯（愿主喜悦他）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

عَنْ شَدَادِ بْنِ أَوْسٍ عَنِ النَّبِيِّ قَالَ: «سَيِّدُ الْاسْتِغْفَارِ أَنْ يَقُولَ: اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِي، وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوءُ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي إِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ» قَالَ: «وَمَنْ قَالَهَا مِنَ النَّهَارِ مُوقِنًا بِهَا فَمَا مِنْ يَوْمٍ قَبْلَ أَنْ يُصْبِحَ، فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ، وَمَنْ قَالَهَا مِنَ اللَّيلِ، وَهُوَ مُوقِنٌ بِهَا، فَمَا قَبْلَ أَنْ يُصْبِحَ، فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ». أَخْرَجَهُ الْبَخَارِيُّ.

“最好的求饶词是：‘主啊！您是我的主，除您外，绝无应受崇拜的，您创造了我，我是您的仆人；我尽力实践对您的诺言和许约，我求您从我所做的一切伤害中保护我。我承认您赐予我的恩惠，也承认我的过错，求您恕饶我吧！只有您才是恕饶一切罪过的主’。”然后他说：“谁在白天坚信不移地说了这段求饶词，如果他在天黑之前去世了，那么，他就属于乐园的居民；谁在晚上坚信不移地说了这段求饶词，如果他在天亮之前去世了，那么，他就属于乐园的居民。”^②

☞—阿布杜拉·本·麦斯欧德（愿主喜悦他）的传述，他说：

^① 《布哈里圣训集》第6403段，《穆斯林圣训集》第2691段，原文出自《穆斯林圣训集》

^② 《布哈里圣训集》6306段

عن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه قال: كَانَ رَبِيعُ اللَّهِ إِذَا أَمْسَى قَالَ: «أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ هَذِهِ اللَّيْلَةِ، وَخَيْرِ مَا فِيهَا، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهَا، وَشَرِّ مَا فِيهَا، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسْلِ، وَالْهَرَمِ، وَسُوءِ الْكِبَرِ، وَفَتْنَةِ الدُّنْيَا وَعَذَابِ الْقَبْرِ». وَإِذَا أَصْبَحَ قَالَ ذَلِكَ أَيْضًا «أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ... الخ». أخرجه مسلم.

每当主的先知（愿主赐福之，并使其平安）到了晚上时，他都会说：“我们到了晚上，晚上的王权全归真主，一切赞颂全归真主；除独一无二的真主之外，绝无真正应受崇拜者，主啊！我向您祈求这个夜晚及其中的福利；我求您保佑免遭今夜及其中的伤害。主啊！我求您保佑远离懒惰，老朽和昏花，求您保佑我免遭今世的灾难和坟墓中的惩罚。”每当他到了早晨时，他也说类似的：“我们到了早晨，早晨的王权全归真主……。”^①

☞-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: كَانَ النَّبِيُّ إِذَا أَصْبَحَ قَالَ: «اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوتُ، وَإِلَيْكَ النُّشُورُ»، وَإِذَا أَمْسَى قَالَ: «اللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوتُ، وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ». أخرجه البخاري في الأدب المفرد وأبو داود.

每当先知（愿主赐福之，并使其平安）到了早晨时，

^① 《穆斯林圣训集》第2723段

他都会说：“主啊！我们因为您而活到了早晨，我们因为您而活到了晚上，我们因为您而活着，我们因为您而死去，我们都将回归于您。”每当他到了晚上时，他都会说：“主啊！我们因为您而活到了晚上，我们因为您而活到了早晨，我们因为您而活着，我们因为您而死去，我们都将回归于您。”^①

☞—阿慕鲁·本·阿税（愿主喜悦他俩）的传述，忠实的艾布白克尔请教先知（愿主赐福之，并使其平安），他说：

عن عبد الله بن عمرو رضي الله عنهما أن أبا بكر الصديق رض سأله النبي ص، قال: يا رسول الله علّمني ما أقول إذا أصبحت وإذا أمسيت، فقال: «يا أبا بكر قل: اللهم فاطر السماوات والأرض، عالم الغيب والشهادة، رب كل شيءٍ ومليكه، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرِّ كِبِيرٍ، وَأَنْ أُقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءًا أَوْ أَجْرَةً إِلَى مُسْلِمٍ». أخرجه البخاري في الأدب المفرد والترمذى.

“主的使者啊！您教授我一段在早晚说的记念词吧！”使者说：“艾布白克尔啊！你说：‘主啊！创造天地的主啊！全知幽玄的，明显的主啊！养育，掌管万物的主啊！我求您保佑我免遭私欲和恶魔及其同伙的伤害，并求您保佑我不要犯罪或嫁祸于任何穆斯林’。”^②

^①正确的圣训，《布哈里圣训集》“独一的礼节篇”第1234段，《艾布达吾德圣训集》第5068段

^②正确的圣训，《布哈里圣训集》“独一的礼节篇”第1239段，原文出自“独一的礼节篇”，《提勒秘日圣训集》第3529段

☞-伊本欧麦尔（愿主喜悦他俩）的传述，他说：无论早晨，还是晚上，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）从没有放弃过这些记念词：

عن ابن عمر رضي الله عنهمَا قال: لم يكن رسول الله ﷺ يَدْعُ هؤلَاءِ الدُّعَوَاتِ، حِينَ يَمْسِي، وَحِينَ يَصْبِحُ: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي، وَآمِنْ رَوْعَاتِي، وَاحْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيِّي وَمِنْ خَلْفِي، عَنْ يَمِينِي، عَنْ شِمَائِلِي، وَمِنْ فَوْقِي، وَأَعُوذُ بِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي». أَخْرَجَهُ أَبُو دَاوُدَ وَابْنُ ماجه.

“主啊！我向您祈求今后两世的宽恕和安康；主啊！我因为我的信仰，今世，家人和钱财而向您祈求宽恕和安康；主啊！求您遮掩我的羞体，安定我的心灵；主啊！求您从我的前后左右和上面保佑我，我求您保护我免遭地陷之灾。”^①

☞-艾布安雅希（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي عياش ﷺ أن رسول الله ﷺ قال: «مَنْ قَالَ إِذَا أَصْبَحَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ، وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، كَانَ لَهُ عِدْلٌ رَقَبَةٌ مِنْ وَلَدِ إِسْمَاعِيلَ، وَكُتُبَ لَهُ عَشْرُ حَسَنَاتٍ، وَحُظِّ عَنْهُ عَشْرُ سَيِّئَاتٍ، وَرُفِعَ لَهُ عَشْرُ دَرَجَاتٍ، وَكَانَ فِي حِرْزٍ مِنَ الشَّيْطَانِ حَتَّى يُمْسِي، وَإِنْ

^①正确的圣训，《艾布达吾德圣训集》第5074段，《伊本马哲圣训集》第3871段，原文出自《伊本马哲圣训集》

قَالَهَا إِذَا أَمْسَى، كَانَ لَهُ مِثْلُ ذَلِكَ حَتَّى يُصْبِحَ». أخرجه أبو داود وابن ماجه.

“谁在早晨说了：‘除独一无二的真主之外，绝无应受崇拜的，他拥有一切权力，拥有一切赞美，他确是大能于万物的主’，那么，对他有如释放一个伊斯玛依赖后裔的报酬，并为他记录十件善功，消除他的十件过错，升高他的十个品级；他在那一天中都受到保护，免遭恶魔的伤害，直至夜晚；如果他在晚上也说了这个记念词，那么，他也能获得类似的报酬，直至早晨。”^①

⇒-欧斯曼·本·安法努（愿主喜悦他）的传述，他说：
我听主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说： □

عَنْ عُثْمَانَ بْنِ عَفَّانَ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ يَقُولُ: «مَا مِنْ عَبْدٍ يَقُولُ فِي صَبَاحٍ كُلُّ يَوْمٍ وَمَسَاءً كُلُّ لَيْلَةٍ: بِاسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاوَاتِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ، ثَلَاثَ مَرَّاتٍ فَلَمْ يَضُرِّهِ شَيْءٌ». أخرجه الترمذى وابن ماجه.

“任何仆人在每天早晨与每天晚上念了三遍‘以真主的尊名——以他的尊名不会遭到天地间的任何伤害，他是全听的，全知的主’，那么，任何东西都不能伤害他。”^②

⇒-阿布杜拉·本·爱部瑞（愿主喜悦他）的传述，每当先知（愿主赐福之，并使其平安）到了早晨或晚上时，他都会说：

①正确的圣训，《艾布达吾德圣训集》第5077段，原文出自《艾布达吾德圣训集》，《伊本马哲圣训集》第3867段

②正确的圣训，《提勒秘目圣训集》第3388段，《伊本马哲圣训集》第3869段，原文出自《伊本马哲圣训集》

عن عبد الله بن أبي ذئب رضي الله عنه عن النبي ﷺ أنه كان يقول إذا أصبح وإذا أمسى: «أَصْبَحْنَا عَلَىٰ فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ، وَعَلَىٰ كِلَمَةِ الْإِخْلَاصِ، وَعَلَىٰ دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ ﷺ، وَعَلَىٰ مَلَةِ أَبِيهِنَا إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ». أخرجه أحمد والدارمي.

“我们早晨生活在伊斯兰的基础上，生活在认主独一的言词上，生活在我们的先知（愿主赐福之，并使其平安）的信仰上，生活在我们的先人伊布拉欣纯正的，顺从的教门上，他绝不是一个举伴主的人。”^①

☞-欧班耶·本·凯阿布（愿主喜悦他）的传述，他曾有个晒枣场，而枣子却无故减少，有一天夜晚，他在晒枣场上看护，突然，他发现一个类似青年人的牲畜，他向其致以伊斯兰的问候，它回答之，然后他问：“你是谁？是人还是精灵？”它说：“我不是人，是精灵。”……在其中提到，欧班耶说：“什么能使我们免遭你们的伤害呢？”

عن أبي بن كعب رضي الله عنه أنه كان له جُرْنٌ من تمر، فكان ينقص، فحرسه ذات ليلة فإذا هو بدبابة شبه الغلام المحتمل، فسلم عليه، فرد عليه السلام، فقال: ما أنت؟ جنٍّ أو إنسٍ؟ قال لا، بل جنٍّ... -وفيه- فقال أبي: وما ينجينا منكم؟ قال: هذه الآية التي في سورة البقرة: ﴿اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْأَكْبَرُ الْقَيُومُ﴾ ... من قالها حين يمسي أُجير منها حتى يصبح، ومن قالها حين يصبح أُجير منها حتى يمسي، فلما أصبح أتى رسول الله ﷺ فذكر ذلك له، فقال: «صَدَقَ الْحَبِيبُ». أخرجه

^①正确的圣训，《艾哈默德圣训集》第15434段，原文出自《艾哈默德圣训集》，《达尔米圣训集》第2588段

الحاكم والطبراني

它说：“在《黄牛章》中提到的这节经文【真主，除他外决无应受崇拜的；他是永生不灭的……】^①，谁在晚上念了它，那么，他就能获救免遭我们的伤害，直到早上；谁在早上念了它，那么，他就能获救免遭我们的伤害，直到晚上。”到了早晨，欧班耶来见主的使者（愿主赐福之，并使其平安），向他提到了晚上所发生的一切，使者说：“可恶的东西说的是实话。”^②

☞-稍巴尼（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عَنْ ثُوبَانَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ قَالَ: «مَا مِنْ عَبْدٍ مُسْلِمٍ يَقُولُ ثَلَاثَ مَرَاتٍ حِينَ يُمْسِي أَوْ يُصْبِحُ: رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبِّي، وَبِالإِسْلَامِ دِينِي، وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيًّا، إِلَّا كَانَ حَقًّا عَلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ أَنْ يُرْضِيَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ». أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ وَأَبْوَ دَادِ.

“任何一位穆斯林在晚上或早晨说了三遍‘我喜爱真主为我的主宰，喜爱伊斯兰为我的生活准绳，喜爱穆罕默德为我的先知’，那么，复生日他就有权受到伟大尊严的真主的喜爱。”^③

☞-穆阿兹·本·阿布杜拉的传述，他的父亲说：我们遇到一个下着毛毛细雨的，漆黑的夜晚，我们等待主的使

^①《黄牛章》第255节

^②正确的圣训，《哈克姆圣训集》第2064段，《泰白拉尼圣训集》(201 :1)

^③优良的圣训，《艾哈默德圣训集》第23499段，原文出自《艾哈默德圣训集》，《艾布达吾德圣训集》第5072段

者（愿主赐福之，并使其平安）带着我们礼拜……。然后主的使者（愿主赐福之，并使其平安）出来带着我们礼拜，他说：

عن معاذ بن عبد الله عن أبيه قال: أصابنا طُشٌّ وَظُلْمٌ فَانتظرنا رَسُولُ اللَّهِ لِيُصْلِي بِنَا... فَخَرَجَ رَسُولُ اللَّهِ لِيُصْلِي بِنَا فَقَالَ: «قُلْ» فَقُلْتُ مَا أَقُولُ: قَالَ: «قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ، وَالْمَعْوَذَتَيْنِ حِبَنْ ثُمْسِي وَحِينَ تُصْبِحُ ثَلَاثًا يَكْفِيكَ كُلَّ شَيْءٍ». أخرجه الترمذى والنمسائى.

“你说！”我说：“我说什么？”然后他说：“当到了早晨或晚上时，你念三遍：【[1] 你说：他是真主，是独一的主……】^①和求护佑的两章经文，那足够保护你不受任何伤害。”^②

☞-艾布马立克（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي مالك ؓ قال: قال رسول الله : «إِذَا أَصْبَحَ أَحَدُكُمْ فَلْيَقُلْ أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ هَذَا الْيَوْمِ فَتَحْمِه وَنَصْرَه وَنُورَه وَبَرَكَتَه وَهُدَاهُ، وَأَغُوْدُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيهِ، وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، ثُمَّ إِذَا أَمْسَى فَلْيَقُلْ مِثْلَ ذَلِكَ». أخرجه أبو داود.

“当你们某人到了早晨，让他说：‘我们到了早晨，早晨的王权归于真主——养育众世界的主，主啊！我向您祈求这一天的幸福——幸福，援助，光明，吉庆和引导；我

^①《忠诚章》第1-4节

^②优良的圣训，《提勒秘目圣训集》第3575段，《奈沙伊圣训集》第5428段，原文出自《奈沙伊圣训集》

求您保佑免遭其中及其之后的伤害。’当到了晚上时，也让他诉说类似的。”^①

☞-艾奈斯·本·马立克（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）对发图麦说：

عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ لفاطمة: «مَا يَمْنَعُكِ أَنْ تَسْمَعِي مَا أُوصِيكِ بِهِ؟ أَنْ تَقُولِي إِذَا أَصْبَحْتَ وَإِذَا أَمْسَيْتَ: يَا حَيُّ يَا قَيْوُمْ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ، أَصْلَحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، وَلَا تَكُلِّنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ». أخرجه النسائي في الكبرى والحاكم.

“是什么阻止你听从我对你的嘱托呢？你当在早晚说：‘永生不灭的主啊！维护万物的主啊！我以着您的慈悯向您求救，求您改善我的所有事情，求您片刻也不要把我委托给我自身’。”^②

☞-艾布戴尔达易（愿主喜悦他）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي الدرداء رضي الله عنه عن النبي ﷺ قال: «مَنْ قَالَ حِينَ يُضْبِحُ وَحِينَ يُمْسِي: حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكِّلُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ سَبْعَ مَرَّاتٍ، كَفَاهُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ هَمَّةُ مِنَ الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ». أخرجه ابن السنى.

“谁在早晚各说七遍：‘真主确已使我满足，除他之外，绝无真正应受崇拜者，我只托靠他，他是伟大的阿尔西的

^①优良的圣训，《艾布达吾德圣训集》第5084段

^②正确的圣训，奈沙伊在《伟大的圣训集》中传述，第10405段，《哈克姆圣训集》第2000段，《正确丛书》第227段

养主，’那么，伟大尊严的真主使他满足于今后两世的需要。”

①

☞ - 早上的纪念词

☞ - 信士之母朱外丽耶（愿主喜悦她）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）礼晨礼拜时离开她出去了，她当时坐在自己的礼拜处，杜哈拜的时间后先知回来时，她还坐着，先知问道：

وعن جويرية رضي الله عنها أن النبي ﷺ خرج من عندها بكرة حين صل الصبح وهي في مسجدها، ثم رجع بعد أن أضحي وهي جالسة، فقال: «ما زِلْتَ عَلَى الْحَالِ الَّتِي فَارْقَتُكَ عَلَيْهَا؟» قالت: نعم، قال النبي ﷺ: «لَقَدْ قُلْتُ بَعْدَكِ أَرْبَعَ كَلِمَاتٍ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ لَوْ وُزِنْتُ بِمَا قُلْتَ مُنْذُ الْيَوْمِ لَوْزَنْتُهُنَّ: سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضاَ نَفْسِهِ، وَزِنَةَ عَرْشِهِ، وَمَدَادَ كِلَمَاتِهِ». أخرجه مسلم.

“自从我离开你之后你一直这样坐着吗？”她说：“是的！”先知（愿主赐福之，并使其平安）说：“离开你之后，我把四句赞词各说了三遍，假若把它与你今后所念的赞词相比较，那是相等的：赞主超绝！以他创造的万物的数量，他自身的喜悦，他阿尔西的重量和书写他的言词的墨汁赞颂他。”^②

①正确的圣训，《西纳圣训集》“昼夜工作篇”第71段，查看《归途的干粮》(376 :2)

②《穆斯林圣训集》第2726段

☞ - 晚上的记念词

艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：有一男子来于先知（愿主赐福之，并使其平安），他说：

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُ أَنَّهُ قَالَ: جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا لَقِيتَ مِنْ عَقْرَبٍ لَدَغْتَنِي الْبَارِحَةَ، قَالَ: «أَمَّا لَوْ قُلْتَ حِينَ أَمْسَيْتَ: أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ، لَمْ تَضُرَّكَ». أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ.

“主的使者啊！我昨晚被蝎子蛰了一下。”先知说：“假若你晚上念了：‘我以真主完美的言辞祈求真主保护，免遭万物的伤害’，那么，它就不能够伤害你。”^①

☞ - 夜间的记念词

艾布麦斯欧德·艾勒白德利（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عَنْ أَبِي مُسْعُودَ الْبَدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُ أَنَّهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «الآيَاتَانِ مِنْ أَخِيرِ سُورَةِ الْبَقَرَةِ مَنْ قَرَأَهُمَا فِي نَيْلَةٍ كَفَاهُ». مُتَفَقُ عَلَيْهِ.

“谁在夜晚诵读了《黄牛章》中最后的两节经文，那么，它俩足够他的了。”^②

^① 《穆斯林圣训集》第2709段

^② 《布哈里圣训集》第4008段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第807段

2. 普通的记念词

☞ 在这一篇中提到了许多在任何时候都是合法的记念词——赞主超绝，赞主清静，赞颂真主，赞主至大和求主宽恕的优越，以及类似这些的记念词。

☞ 艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي هريرة ﷺ قال: قالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «كَلِمَاتٍ حَقِيقَاتٍ عَلَى اللِّسَانِ ثَقِيلَاتٍ فِي الْمِيزَانِ حَبِيبَاتٍ إِلَى الرَّحْمَنِ: سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ». متفق عليه.

“两句话说起来是轻松的，在天平上是沉重的，在至仁主跟前是受到喜欢的：赞主超绝，赞颂真主！赞颂伟大的真主超绝万物！”^①

☞ 塞姆莱图·本·君德布（愿主喜悦他）传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن سمرة بن جندب ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: «أَحَبُّ الْكَلَامِ إِلَى اللَّهِ أَرْبَعٌ: سُبْحَانَ اللَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَاللَّهُ أَكْبَرُ، لَا يَضُرُّكُ بِأَيِّهِنَّ بَدَأْتَ». أخرجه مسلم.

“最受真主喜爱的四句话：‘赞主超绝，一切赞颂全归真主，除真主之外，绝无真正应受崇拜的，真主至大’，你

^① 《布哈里圣训集》第 6682 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 2694 段

以其中的任何一句开始对你并无伤害。”^①

☞-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: «لَأَنِّي أَقُولَ: سُبْحَانَ اللَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَاللَّهُ أَكْبَرُ، أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا طَلَعَتْ عَلَيْهِ الشَّمْسُ». أخرجه مسلم.

“的确，我说‘赞主超绝，一切赞颂全归真主，除真主之外，绝无真正应受崇拜的，真主至大’，比太阳升起来更受我的喜爱。”^②

☞-艾布马立克·艾勒艾斯阿利（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن أبي مالك الأشعري ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: «الظُّهُورُ شَطْرُ الْإِيمَانِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلِأُ الْمِيزَانَ، وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلِأُ أَوْ تَمْلِأُ مَا بَيْنَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، وَالصَّلَاةُ نُورٌ، وَالصَّدَقَةُ بُرْهَانٌ، وَالصَّابِرُ ضِيَاءٌ، وَالْقُرْآنُ حُجَّةٌ لَكَ أَوْ عَلَيْكَ، كُلُّ النَّاسِ يَغْدُو، فَبَايِعُ نَفْسَهُ، فَمُعْتَقُهَا أَوْ مُؤْبِقُهَا». أخرجه مسلم.

“清洁是拜功的一半，一切赞颂全归真主充满天平，赞主超绝和一切赞颂全归真主充满天地之间，拜功是光明，施济是明证，坚忍是光辉，《古兰经》是对你有利于或对你有害的证据。人们每天早出晚归，都在拍卖自己，要么是

^① 《穆斯林圣训集》第2137段

^② 《穆斯林圣训集》第2695段

解脱，要么是毁灭。”^①

☞-艾布冉尔（愿主喜悦他）的传述，曾有人询问主的使者（愿主赐福之，并使其平安）：“最优越的言词是什么？”他说：

وعن أبي ذر رضي الله عنه أنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ سُئِلَ أَيُّ الْكَلَامُ أَفْضَلُ؟ قَالَ: «مَا اصْطَفَى اللَّهُ لِمَلَائِكَتِهِ أَوْ لِعِبَادِهِ: سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ». أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ.

“真主为他的众天使，或为他的众仆人选择了：赞主超绝，赞颂真主。”^②

☞-塞阿德·本·艾布万噶斯（愿主喜悦他）的传述，他说：我们在主的使者（愿主赐福之，并使其平安）跟前坐着，他说：

وعن سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه قال: كنا عند رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فقال: «أَيَّ عِجْزٍ أَحَدُكُمْ أَنْ يَكُسِّبَ كُلَّ يَوْمٍ أَلْفَ حَسَنَةً؟» فَسَأَلَهُ سَائِلٌ مِنْ جُلَسَائِهِ: كَيْفَ يَكُسِّبُ أَحَدُنَا أَلْفَ حَسَنَةً؟ قَالَ: «يُسَبِّحُ مِائَةً تَسْبِيحةً، فَيُكْتَبُ لَهُ أَلْفُ حَسَنَةٍ، أَوْ يُحَكُّ عَنْهُ أَلْفُ خَطِيئَةٍ». أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ.

“你们哪个人每天做不了一千件善功呢？”在座的有人问：“我们哪个人如何能做一千件善功呢？”他说：“他赞颂真主一百次，就会为他记录一千件善功，或者是消除一千个过错。”^③

①《穆斯林圣训集》第223段

②《穆斯林圣训集》第2731段

③《穆斯林圣训集》第2698段

在另一传述中提到：

«تُكْتَبُ لَهُ أَلْفٌ حَسَنَةٌ، وَتُحَطُّ عَنْهُ أَلْفٌ سَيِّئَةٌ». أخرجه أحمد والترمذى.

“为他记录一千件善功，消除他的一千个过错。”^①

☞-贾比尔（愿主喜悦他）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن جابر ﷺ عن النبي ﷺ قال: «مَنْ قَالَ سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ وَبِحَمْدِهِ غُرِستُ لَهُ نَخْلَةً فِي الْجَنَّةِ». أخرجه الترمذى.

“谁说了‘赞美伟大的真主超绝万物，赞颂他’，那么，在乐园中就有一棵椰枣树为他而被栽种。”^②

☞-艾布安优布·艾勒安刷里（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن أبي أيوب الأنباري ﷺ عن رسول الله ﷺ قال: «مَنْ قَالَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، عَشْرَ مِرَارٍ كَانَ كَمَنْ أَعْتَقَ أَرْبَعَةً أَنْفُسٍ مِنْ وَلَدِ إِسْمَاعِيلَ». أخرجه مسلم.

“谁说了十遍：‘除独一无二的真主之外，绝无应受崇拜的，他拥有一切权力，拥有一切赞美，他确是大能于万物的主’，那么，他犹如释放了四个伊斯玛依的后裔的人。”

^③

①正确的圣训，《艾哈默德圣训集》第1496段，《提勒秘日圣训集》第3463段，原文出自《提勒秘日圣训集》

②正确的圣训，《提勒秘日圣训集》第3465段，《正确丛书》第64段

③《穆斯林圣训集》第2693段

☞-塞阿德·本·艾布万噶斯（愿主喜悦他）的传述，他说：有个贝杜因人来见主的使者（愿主赐福之，并使其平安），他说：

وعن سعد بن أبي وقاص ﷺ قال: جاءَ أَعْرَابِيٌّ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فَقَالَ:
عَلَّمْتِنِي كَلَامًا أَقُولُهُ: قَالَ: «قُلْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، اللَّهُ أَكْبَرُ
كَبِيرًا، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ كَثِيرًا، سُبْحَانَ اللَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ
الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ» قَالَ: فَهَؤُلَاءِ لِرَبِّي فَمَا لِي؟ قَالَ: «قُلْ: اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي
وَاهْدِنِي وَارْزُقْنِي». أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ.

“你说：‘除独一无二的真主之外，绝无真正应受崇拜者，真主至大无比，多多地赞颂全归真主，赞颂真主超绝万物——养育众世界的主，无能为力，全凭伟大的，明哲的真主’。”他说：“这是属于我的养主的，我有什么呀！”使者说：“你说：‘主啊！求您饶恕我，慈悯我，引导我，供给我’。”^①

☞-艾布冉尔（愿主喜悦他）的传述，曾有人询问主的使者（愿主赐福之，并使其平安）：“最优越的言词是什么？”他说：

وعن أبي ذر عن النبي ﷺ أنه قال: «يُضِّحُ عَلَى كُلِّ سُلَامٍ مِنْ
أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ، فَكُلُّ تَسْبِيحَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَحْمِيدَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَهْلِيلَةٍ
صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَكْبِيرَةٍ صَدَقَةٌ، وَأَمْرٌ بِالْمَعْرُوفِ صَدَقَةٌ، وَنَهْيٌ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ،

^① 《穆斯林圣训集》第2696段

وَيُجْزِئُ مِنْ ذَلِكَ رَكْعَتَانِ يَرْكَعُهُمَا مِنَ الْضُّحَىٰ». أخرجه مسلم.

“早晨起来，对于你们的每一个骨关节都有一种施舍；所有的清净词都是一种施舍；所有的感赞词都是一种施舍；所有的赞美真主都是一种施舍；每一句大赞词都是一种施舍；命人行好是一种施舍；止人干歹是一种施舍；在早晨礼两拜（杜哈拜）就可以代替这所有的一切。”^①

☞-艾布塞尔德・艾勒胡德利（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه أن رسول الله ص قال: «مَنْ قَالَ: رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبِّاً، وَبِالإِسْلَامِ دِينًا، وَبِمُحَمَّدٍ رَسُولًا وَجَبَتْ لَهُ الْجَنَّةُ». أخرجه مسلم وأبو داود.

“谁说：‘我喜爱真主为我的主宰，喜爱伊斯兰为我的生活准绳，喜爱穆罕默德为我的先知’，他必进乐园。”^②

☞-艾布穆萨（愿主喜悦他）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）对他说：

وعن أبي موسى رضي الله عنه أن النبي ص قال له: «يَا عَبْدَ اللَّهِ بْنَ قَيْسٍ أَلَا أَذْلُكَ عَلَى كُنْزٍ مِنْ كُنُوزِ الْجَنَّةِ؟ فَقُلْتُ: بَلَّ يَا رَسُولَ اللَّهِ، قَالَ: «فُلْ: لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ». متفق عليه.

“阿布杜拉・本・盖伊斯啊！我告诉你乐园里的一座宝藏好吗？”我说：“好啊！主的使者啊！”使者说：“无能

^① 《穆斯林圣训集》第 720 段

^② 《布哈里圣训集》第 6384 段，《穆斯林圣训集》第 2707 段，原文出自《穆斯林圣训集》

为力，全凭真主。”^①

☞-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：我听主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن أبي هريرة ﷺ قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: «وَاللَّهُ إِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ فِي الْيَوْمِ أَكْثَرُ مِنْ سَبْعِينَ مَرَّةً». أخرجه البخاري.

“指主发誓，的确，我每天向真主求饶，向真主忏悔七十多次。”^②

☞-艾安尔·艾勒穆兹尼（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن الأغر المزني أن رسول الله ﷺ قال: «إِنَّهُ لَيُغَانُ عَلَى قَلْبِي، وَإِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ فِي الْيَوْمِ مِائَةَ مَرَّةً». أخرجه مسلم.

“我的心有时也会疏忽，的确，我每天向真主求饶一百次。”^③

☞-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن أبي هريرة ﷺ أن رسول الله ﷺ قال: «مَنْ صَلَّى عَلَيَّ وَاحِدَةً صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ عَشْرًا». أخرجه مسلم.

“谁祝福我一次，真主赐福他十次。”^④

① 《穆斯林圣训集》第 1884 段，《艾布达吾德圣训集》第 1529 段，原文出自《艾布达吾德圣训集》

② 《布哈里圣训集》6307 段

③ 《穆斯林圣训集》第 2702 段

④ 《穆斯林圣训集》第 408 段

☞-伊本麦斯欧德(愿主喜悦他)的传述,他听先知(愿主赐福之,并使其平安)说::

وعن ابن مسعود رض أنه سمع النبي ﷺ يقول: «مَنْ قَالَ أَسْتَغْفِرُ اللَّهِ الَّذِي
لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُومُ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ ثَلَاثًا، غُفِرَتْ ذُنُوبُهُ وَإِنْ كَانَ فَارًِا مِنَ
الرَّحْفِ». أخرجه الحاكم.

“谁说了三次‘我向真主求饶恕，除他之外，绝无真正应受崇拜的，他是永生不灭的，是维护万物的主，我向他忏悔，那么，他所有的罪过均被饶恕，即使他曾临阵脱逃也罢！””^①

^①正确的圣训，《哈克姆圣训集》第2550段，《正确丛书》第2727段

3. 特殊的记念词

1. 一般情况的记念词

☞ - 穿新衣服时的言词：

❶ - 艾布塞尔德·艾勒胡德利（愿主喜悦他）的传述，他说：

عن أبي سعيد الخدري قال: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ إِذَا اسْتَجَدَ ثُوَبًا سَمَاءً
بِاسْمِهِ إِمَّا قَمِيصًا أَوْ عِمَامَةً ثُمَّ يَقُولُ: «اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ كَسَوْتَنِي، أَسْأَلُكَ
مِنْ خَيْرِهِ وَخَيْرِ مَا صُنِعَ لَهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهِ وَشَرِّ مَا صُنِعَ لَهُ» قَالَ أَبُو نَضْرَةَ:
فَكَانَ أَصْحَابُ النَّبِيِّ إِذَا لَبِسَ أَحَدُهُمْ ثُوَبًا جَدِيدًا قِيلَ لَهُ: ثُبِّلِي وَيُخْلِفِ
اللَّهُ تَعَالَى. أَخْرَجَهُ أَبُو دَاوُدُ وَالْتَّرمِذِي.

每当主的使者（愿主赐福之，并使其平安）穿新衣服时，他就指名那件衣服，如长袍或缠头，接着祈祷说：“主啊！一切赞颂都归于您，您使我穿上了这件新衣，求您使我获得它带来的幸福，使我知恩感恩；求您使我免遭它带来的不幸，不要使我忘恩负义。”艾布奈杜尔说：“每当先知（愿主赐福之，并使其平安）的某位弟子穿新衣服时，就有人对他说：‘你穿破了它^①，清高的真主为你更换新衣服。’”^②

^①译者注：这是阿拉伯语中的一种表达方式，意思是愿真主使你长寿。

^②正确的圣训，《艾布达吾德圣训集》第4020段，原文出自《艾布达吾德圣训集》，《提勒米日圣训集》第1767段

②-温姆哈立德•宾图•哈立德的传述，她说：

عَنْ أُمِّ خَالِدٍ بْنَتِ خَالِدٍ قَالَتْ: أَتَيْ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ بِثِيَابٍ فِيهَا حَمِيقَةً سَوَادَاءَ فَقَالَ: «مَنْ تَرَوْنَ نَكْسُوهَا هَذِهِ الْحَمِيقَةَ؟» فَأَسْكَنَ الْقَوْمَ. فَقَالَ: «أَئْتُونِي بِأُمِّ خَالِدٍ» فَأَتَيْتَهَا النَّبِيَّ ﷺ فَأَلْبَسَنِيهَا بِيَدِهِ، وَقَالَ: «أَبْلِي وَأَخْلُقِي» مَرَّتَيْنِ. فَجَعَلَ يَنْظُرُ إِلَى عَلَمِ الْحَمِيقَةِ وَفُشِّلَ بِيَدِهِ إِلَيَّ، وَيَقُولُ: «يَا أُمَّ خَالِدٍ هَذَا سَنَا». أَخْرَجَهُ الْبَخَارِيُّ.

有人给主的使者（愿主赐福之，并使其平安）送了一件黑格子衣服，使者问：“你们看谁最合适穿这件格子衣服呢？”人们都沉默不语，他说：“你们给我把温姆哈立德喊来。”先知（愿主赐福之，并使其平安）喊来我之后，他亲手为我穿上那件衣服，并且连说了两遍：“你要穿破它（愿真主使你长寿）。”他观看了一下格子图案，然后用手指着我说：“温姆哈立德，这个很好。”^①

☞-进家时的言词：

贾比尔（愿主喜悦他）的传述，他说：我听先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

عَنْ جَابِرٍ قَالَ: سَمِعْتَ النَّبِيَّ ﷺ يَقُولُ: إِذَا دَخَلَ الرَّجُلُ بَيْتَهُ، فَذَكِّرِ اللَّهَ عِنْدَ دُخُولِهِ وَعِنْدَ طَعَامِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ: لَا مَيِّتَ لَكُمْ وَلَا عَشَاءَ، وَإِذَا دَخَلَ فَلَمْ يَذْكُرِ اللَّهَ عِنْدَ دُخُولِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ أَدْرَكْتُمُ الْمَيِّتَ، وَإِذَا لَمْ يَذْكُرِ اللَّهَ عِنْدَ طَعَامِهِ قَالَ أَدْرَكْتُمُ الْمَيِّتَ وَالْعَشَاءَ». أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ

^① 《布哈里圣训集》第 5845 段

“当一个人回到自己的家里，进门时他记念真主，吃饭时也记念真主，恶魔就对它的同伴们说：‘今晚你们没有住处和晚饭。’如果那个人在进家时没有记念真主，恶魔就会说：‘你们找到了住处。’如果他吃饭时也没有记念真主，恶魔就会说：‘你们找到了住处，也找到了晚餐’。”^①

☞ - 出家时的言词：

❶-温姆塞莱麦（愿主喜悦她）的传述，每当先知（愿主赐福之，并使其平安）离开家门时他都会说：

١- عن أم سلمة رضي الله عنها أن النبي ﷺ كان إذا خرج من بيته قال: «بِسْمِ اللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ الْهُمَّ إِنَا نُعُوذُ بِكَ مِنْ أَنْ نِزَّلَ أَوْ نِصَلَ، أَوْ نُظْلَمَ أَوْ نُظْلَمَ، أَوْ نَجْهَلَ أَوْ يُجْهَلَ عَلَيْنَا». أخرجه الترمذى والنسائى

“奉真主之名，我只托靠真主；主啊！我们求您保佑远离失足或迷误，保佑我们远离行亏或被亏，保佑我们远离愚昧无知或遭人愚弄的伤害。”^②

❷-艾奈斯·本·马立克（愿主喜悦他）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

٢- وعن أنس بن مالك أن النبي ﷺ قال: «إِذَا خَرَجَ الرَّجُلُ مِنْ بَيْتِه فَقَالَ: بِاسْمِ اللَّهِ، تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ» قال: «يُقَالُ حِينَئِذٍ هُدِيَتْ وَكُفِيتْ وَوُقِيتْ فَتَنَّحَى لَهُ الشَّيَاطِينُ، فَيَقُولُ لَهُ شَيْطَانٌ آخَرُ: كَيْفَ

^① 《穆斯林圣训集》第 2018 段

^② 正确的圣训，《提勒秘目圣训集》第 3427 段，原文出自《提勒秘目圣训集》，《奈沙伊圣训集》第 5486 段

لَك بِرَجُلٍ قَدْ هُدِيَ وَكُفِيَ وَوُقِيٌّ». أخرجه أبو داود والترمذى.

“当一个人从自己的家中出去时，他说：‘奉真主之名，我托靠真主，无能无力，全凭真主’。”他又说：“这时就会有一个声音对他说：‘你已经获得了指引，获得了满足，获得了保护’，所有的恶魔只能远离他。另一个恶魔对他说：‘你对这个人怎么了，他确已获得了指引，获得了满足，获得了保护’。”^①

☞ - 进卫生间时的言词：

艾奈斯（愿主喜悦他）的传述，他说：

عَنْ أَنْسٍ قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ إِذَا دَخَلَ الْخَلَاءَ قَالَ: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ». متفق عليه.

每当先知（愿主赐福之，并使其平安）进厕所时，他都说：“主啊！我求您保护免遭男女恶魔的伤害。”^②

☞ - 出卫生间时的言词：

阿依莎（愿主喜悦她）的传述，

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا أَنَّ النَّبِيَّ كَانَ إِذَا خَرَجَ مِنَ الْغَائِطِ قَالَ: «عُفْرَانَكَ». أخرجه أبو داود والترمذى.

^①正确的圣训，《艾布达吾德圣训集》第 5095 段，原文出自《艾布达吾德圣训集》，《提勒秘日圣训集》第 3426 段

^②《布哈里圣训集》第 142 段，《穆斯林圣训集》第 375 段

每当先知（愿主赐福之，并使其平安）从厕所出来时，
他都说：“主啊！求您饶恕吧！”^①

☞-进出清真寺时的言词：

❶-又说：

۱- «اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ» أخرجه مسلم.
“主啊！求您为我打开您的慈悯之门吧。”^②

❷-阿布杜拉·本·阿慕鲁（愿主喜悦他俩）的传述，
每当先知（愿主赐福之，并使其平安）进清真寺时他都说：

۲- «أَعُوذُ بِاللهِ الْعَظِيمِ، وَبِوَجْهِهِ الْكَرِيمِ، وَسُلْطَانِهِ الْقَدِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ». أخرجه أبو داود.

“我求伟大的真主及其尊容，永恒的权威护佑我，免遭被驱逐恶魔的伤害。”^③

每当他出清真寺时会说：

قال: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ» أخرجه مسلم
“主啊！我向您祈求您的恩典。”^④

☞-听见宣礼声时的言词：

❶-阿布杜拉·本·阿慕鲁·本·阿税（愿主喜悦他俩）
的传述，他听先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

①正确的圣训，《艾布达吾德圣训集》第30段，《提勒秘日圣训集》第7段

②《穆斯林圣训集》第713段

③《艾布达吾德圣训集》第466段

④《穆斯林圣训集》第713段

١- عن عبدالله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهمما أنه سمع النبي ﷺ يقول: إِذَا سَمِعْتُمُ الْمُؤَذِّنَ فَقُولُوا مِثْلَ مَا يَقُولُ، ثُمَّ صَلُّوا عَلَيْهِ، فَإِنَّهُ مَنْ صَلَّى عَلَيْهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ بِهَا عَشْرًا، ثُمَّ سَلُّوا اللَّهُ لِي الْوَسِيلَةَ فَإِنَّهَا مَنْزِلَةُ الْجَنَّةِ لَا تَنْبَغِي إِلَّا لِعَبْدٍ مِنْ عِبَادِ اللَّهِ، وَأَرْجُو أَنْ أَكُونَ أَنَا هُوَ، فَمَنْ سَأَلَ لِي الْوَسِيلَةَ حَلَّتْ لَهُ الشَّفَاعَةُ». أخرجه مسلم.

“当你们听到宣礼员念宣礼词时，你们应该和宣礼员念的一样，然后你们当祝福我；的确，谁祝福我一次，真主以此赐福他十次；然后你们当向真主为我祈求媒介，那是乐园中的一个品级，在真主的众仆人中只有一个人能获得，我希望我就是那个人，所以，谁为我祈求媒介，他在复生日将能得到我的说情。”^①

②-塞阿德·本·艾布万噶斯（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٢- وعن سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه عن رسول الله ﷺ أَنَّهُ قَالَ: «مَنْ قَالَ حِينَ يَسْمَعُ الْمُؤَذِّنَ: أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَنَّ مُحَمَّداً عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ، رَضِيَتْ بِاللَّهِ رَبِّاً، وَبِمُحَمَّدٍ رَسُولاً، وَبِالإِسْلَامِ دِينَاً، غُفرَ لَهُ ذَنبُهُ». أخرجه مسلم.

“谁听见宣礼词之后说了：‘我作证除独一无二的真主之外，绝无真正应受崇拜者，穆罕默德是他的仆人和使者；我喜爱真主为我的主宰，喜爱穆罕默德为我的先知，喜爱

^① 《穆斯林圣训集》第 384 段

伊斯兰为我的生活准绳’，那么，他的罪过都已得到了饶恕。”

①

❸-贾比尔·本·阿布杜拉（愿主喜悦他俩）的传述中，
主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٣- وعن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما أن رسول الله ﷺ قال: «مَنْ قَالَ حِينَ يَسْمَعُ التَّدَاءَ: اللَّهُمَّ رَبِّ هَذِهِ الدَّعْوَةِ التَّامَّةِ، وَالصَّلَاةِ الْقَائِمَةِ، أَتَ مُحَمَّدًا الْوَسِيلَةُ وَالْفَضِيلَةُ، وَابْعَثْهُ مَقَاماً مَحْمُوداً الَّذِي وَعَدْتَهُ، حَلَّتْ لَهُ شَفَاعَةٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ». أخرجه البخاري

“谁当他听见宣礼词之后说：‘主啊！这个完美召唤词
的养主啊！完美拜功的主，求您赐予穆罕默德亲近您的媒
介和尊贵，求您将他提升到您曾许约他的一个值得称颂的
地位。’那么，在复生日他就有权得到我的说情。”^②

① 《穆斯林圣训集》第 386 段

② 《布哈里圣训集》第 614 段

2. 困难时的记念词

☞ - 遇到忧愁时的言词：

①-伊本阿巴斯（愿主喜悦他俩）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

١- عن ابن عباس رضي الله عنهمَا أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ كَانَ يَقُولُ عَنْدَ الْكَرْبِ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَاوَاتِ، وَرَبُّ الْأَرْضِ، وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ». متفق عليه.

“除了伟大宽容的真主之外，绝无真正应受崇拜的，除了伟大的阿尔西的养育者真主之外，绝无真正应受崇拜的，除了诸天地和尊贵阿尔西的养育者真主之外，绝无真正应受崇拜的。”^①

②-在《穆斯林圣训集》中提到，

٢- وفي لفظ مسلم: أَنَّ النَّبِيَّ كَانَ إِذَا حَزَنَهُ أَمْرٌ قَالَ، ... فَذَكَرَ بِمِثْلِ مَا تَقْدَمَ، وَزَادَ مَعْنَهُ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ». أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ.

每当先知（愿主赐福之，并使其平安）遇到使其忧愁的事情时，他就说上面这段记念词，与此同时，他还增加：“除了尊贵阿尔西的养育者真主之外，绝无真正应受崇拜的。”^②

③-塞阿德·本·艾布万噶斯（愿主喜悦他）的传述，

① 《布哈里圣训集》第 6346 段，《穆斯林圣训集》第 2730 段

② 《穆斯林圣训集》第 2730 段

主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٣ - وعن سعد بن أبي وقاص رض قال: قال رسول الله ﷺ: «دَعْوَةُ ذِي النُّونِ إِذْ دَعَا وَهُوَ فِي بَطْنِ الْخُوتِ: لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سَبَحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ» فَإِنَّهُ لَمْ يَدْعُ بِهَا رَجُلٌ مُسْلِمٌ فِي شَيْءٍ قَطُّ إِلَّا اسْتَجَابَ اللَّهُ لَهُ». أخرجه الترمذى.

“先知优努斯当初在鱼腹中所做的杜阿是：【除您之外，绝无真正应受崇拜者，我赞颂您超绝万物，我曾经确是不义的。】^①的确，任何一位穆斯林因某件事情而以此一直向真主祈求，那么，真主必定应答他。”^②

☞ - 遇到害怕的事情时的言词：

稍巴尼（愿主喜悦他）的传述，每当先知（愿主赐福之，并使其平安）遇到某件使他害怕的事情时，他就说：

عن ثوبان رض أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا رَأَعَهُ شَيْءٌ قَالَ: «هُوَ اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا». أخرجه النسائي في عمل اليوم والليلة.
“他是真主——我的养育主，我绝不以任何举伴他。”

^③

☞ - 遭遇忧愁和烦恼时的言词：

阿布杜拉·本·麦斯欧德（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

①《众先知章》第 87 节

②《提勒秘日圣训集》第 3505 段

③正确的圣训，《奈沙伊圣训集》“昼夜工作篇”第 657 段，《正确丛书》第 2070 段

عن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «مَا أَصَابَ أَحَدًا قُطْ
هُمْ وَلَا حُزْنٌ فَقَالَ: اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ، وَابْنُ عَبْدِكَ، وَابْنُ أُمِّكَ نَاصِيَتِي بِيَدِكَ،
مَاضٍ فِي حُكْمِكَ، عَدْلٌ فِي قَضَاؤُكَ، أَسْأَلُكَ يُكْلِلُ اسْمِي هُوَ لَكَ سَمِّيَتِي بِهِ
نَفْسِكَ، أَوْ عَلِمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ، أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ، أَوْ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي
عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ، أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي، وَنُورَ صَدْرِي، وَجِلاءَ حُزْنِي
وَذَهَابَ هَمِّي، إِلَّا أَذْهَبَ اللَّهُ هَمَّهُ وَحُزْنَهُ وَأَبْدَلَهُ مَكَانَهُ فَرَحَّاً» قَالَ: فَقِيلَ: يَا
رَسُولَ اللَّهِ أَلَا نَتَعَلَّمُهَا فَقَالَ: «بَلَى يَنْبَغِي لِمَنْ سَمِعَهَا أَنْ يَتَعَلَّمَهَا». أَخْرَجَهُ
أَحْمَد.

“任何一个人，当他忧愁和烦恼的时候说：‘主啊！我是您的仆人，是您仆人的儿子，是您奴婢的孩子，我的生命由您掌管，我的过去由您裁决，您秉公判决，我以您所有的尊名向您祈求——您自称的尊名，或者是您降示在您的经典中的尊名，或者是您教授给您某个仆人的尊名，或者是在您跟前只有您才知道的幽玄知识中的尊名向您祈祷，求您使伟大的《古兰经》成为我心中之春，我胸中之光，求您排除我的忧愁，消除我的极度忧伤吧！’只要他这样说了，那么，真主就会消除他的忧愁，而以欢乐取而代之。”他说：“有人问：‘主的使者啊！我们应该学习它吗？’”使者说：“当然，凡听到它的人都应当学习它。”^①

^①正确的圣训，《艾哈默德圣训集》第3712段，《正确丛书》第199段

☞ - 害怕遭到他人伤害时的言词：

①-艾布穆沙·艾勒艾斯阿利（愿主喜悦他）的传述，每当主的使者（愿主赐福之，并使其平安）害怕受到人们的伤害时，他都会说：

١- عن أبي موسى الأشعري رض أنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا خَافَ قَوْمًا قَالَ: «اللَّهُمَّ إِنَّا نَجْعَلُكَ فِي خُورَهُمْ، وَنَعُوذُ بِكَ مِنْ شُرُورِهِمْ». أخرجه أحمد وأبو داود.
“主啊！我们求您战胜他们，我们求您保护免遭他们的伤害。”^①

②-又说：

٢- «اللَّهُمَّ اكْفِنِيهِمْ بِمَا شِئْتَ». أخرجه مسلم.
“主啊！求您随意地保护我免遭他们的伤害。”^②

☞ - 与敌人开战时的言词：

①-艾奈斯·本·马立克（愿主喜悦他）的传述，他说：每当主的使者（愿主赐福之，并使其平安）开战前，他都会说：

١- عن أنس بن مالك رض قال: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا غَزَا قَالَ: «اللَّهُمَّ أَنْتَ عَضْدِي وَنَصِيرِي بِكَ أَحُولُ، وَبِكَ أَصُولُ، وَبِكَ أُقَاتَلُ». أخرجه أبو داود والترمذى.

“主啊！您是我的后盾，是我的援助者，我以您的名

^①正确的圣训，《艾哈默德圣训集》第19958段，《艾布达吾德圣训集》第1537段，原文出自《艾布达吾德圣训集》

^②《穆斯林圣训集》第3005段

^①义转移，我以您的名义进攻，我以您的名义厮杀。”^①

❷-伊本阿巴斯（愿主喜悦他俩）的传述：

٤- وعن ابن عباس رضي الله عنهم: ﴿ حَسْبَنَا اللَّهُ وَنَعْمَمُ الْوَكِيلُ ﴾
 قالَهَا إِبْرَاهِيمُ عَلَيْهِ السَّلَامُ حِينَ أُلْقِيَ فِي النَّارِ، وَقَالَهَا مُحَمَّدٌ ﷺ حِينَ قَالُوا:
 ﴿ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَلَخْشُوهُمْ فَزَادُهُمْ لَيْمَانًا وَقَالُوا حَسْبَنَا اللَّهُ وَنَعْمَمُ
 الْوَكِيلُ ﴾  أخرجه البخاري.

当伊布拉欣（愿主赐福之，并使其平安）被投入大火时所说的【真主是使我们满足的，他是优美的监护者！】，也是当他们说【“那些人确已为进攻你们而集合队伍了，故你们应当畏惧他们。”】这句话却增加了他们的信念，他们说：“真主是使我们满足的，他是优美的监护者”】^②时穆罕默德（愿主赐福之，并使其平安）所说的话。^③

→ - 当遇见敌人时的言词：

艾奈斯·本·马里克（愿主喜悦他）的传述，他说：真主的先知（愿主赐福之，并使其平安）由艾布白克尔陪同迁徙麦地那，艾布白克尔是多数人都认识的老者，主的先知（愿主赐福之，并使其平安）是大多数人都不认识的

^①正确优良的圣训，《艾布达吾德圣训集》第2632段，《提勒秘日圣训集》第3584段。

^②《伊姆兰的家属章》第173节

^③《布哈里圣训集》第4563段。

青年^①。他说：有一男子^②遇见艾布白克尔，他说：“艾布白克尔啊！你前边这个人是谁？”他说：

عن أنس بن مالك رض قال: أقبل نبی اللہ صلی اللہ علیہ وسَّلَّدْ إلی المدینة وہو مُرْدِفُ أبا بکر، وأبو بکر شیخ یُعْرَفُ ونَبی اللہ صلی اللہ علیہ وسَّلَّدْ شاب لَا یُعْرَفُ، قال فیلقی الرَّجُلُ أبا بکر فیقُولُ: يَا أبا بکر مِنْ هَذَا الرَّجُلُ الَّذِي بَيْنَ يَدَيْكَ؟ فَیَقُولُ: هَذَا الرَّجُلُ یَهْدِینی السَّبِیْلَ، قَالَ فَیَحْسِبُ الْحَاسِبُ أَنَّهُ إِنَّمَا یَعْنی الطَّرِیقَ وَإِنَّمَا یَعْنی سَبِیْلَ الْخَیْرِ، فَالْتَّفَتَ أَبُو بکر فَإِذَا هُوَ بِفَارِسٍ قَدْ لَحَقُّهُمْ، فَقَالَ يَا رَسُولَ اللہ هَذَا فَارِسٌ قَدْ لَحَقَ بِنَا، فَالْتَّفَتَ نَبی اللہ صلی اللہ علیہ وسَّلَّدْ فَقَالَ: «اللَّهُمَّ اضْرِعْهُ» فَصَرَعَهُ الْفَرَسُ ثُمَّ قَامَتْ تَحْمِحُمُ. أخرجه البخاري

“这个是指引我道路的人。”别人都认为他指的是行走的道路，其实他指的是幸福之道。艾布白克尔回头一看，突然发现一个乘骑者已经追上来了，他说：“主的使者啊！这个乘骑者确已追上了我们”。主的先知（愿主赐福之，并使其平安）转身说：“主啊！求您摔倒他吧！”他的马随即把他摔倒，然后直立嘶鸣。^③

☞ -祈求援助战胜敌人的言词：

阿布杜拉·本·艾布奥斐（愿主喜悦他俩）的传述，他说：

^① 译者注：由于艾布白克尔满头白发，并且在他经商时多次途经麦地那，所以麦地那的大多数的人都认识他；而主的使者（）并没有满头白发，并且大多数人都不知道他已离开了麦加，正在前往麦地那与他们会晤的途中。事实上主的使者（）年长于艾布白克尔。

^② 译者注：指是的苏拉格图·本·马立克。

^③ 《布哈里圣训集》第 4563 段

عن عبد الله بن أبي أوفى رضي الله عنهما قال: دعا رسول الله ﷺ يوم الأحزاب على المشركين فقال: «اللَّهُمَّ مُنْزَلَ الْكِتَابِ، سَرِيعَ الْحِسَابِ، اللَّهُمَّ اهْزِمْ الْأَحْزَابَ، اللَّهُمَّ اهْزِمْهُمْ وَزَلْزِلْهُمْ». متفق عليه.

主的使者（愿主赐福之，并使其平安）在联盟军战役之日诅咒多神教徒，他说：“主啊！降示经典，清算神速的主啊！主啊！求您击败联军吧！求您使他们败逃吧！求您使他们混乱吧！”^①

☞ - 对伤害穆斯林者的诅咒：

❶-阿里·本·艾布塔利布（愿主喜悦他）的传述，他说：

- عن علي بن أبي طالب ﷺ قال: كُنَّا مَعَ النَّبِيِّ ﷺ يَوْمَ الْخَنْدَقِ فَقَالَ: «مَلَّا اللَّهُ قُبُورُهُمْ وَبَيْوَاتُهُمْ نَارًا كَمَا شَغَلُونَا عَنِ الصَّلَاةِ الْوُسْطَى حَتَّىٰ غَابَتِ الشَّمْسُ». متفق عليه.

壕沟战役之日，我们曾经伴随着先知（愿主赐福之，并使其平安），他说：“愿真主使他们的坟墓里，他们的家中充满大火，犹如他们使我们忙碌的没有礼成中间的拜功一样。”^②

❷-又说：

- «اللَّهُمَّ اشْدُدْ وَطَأْتَكَ عَلَىٰ مُضَرِّ، اللَّهُمَّ اجْعَلْهَا عَلَيْهِمْ سِنِينَ كَسِينَ»

①《布哈里圣训集》第 2933 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 1742 段

②《布哈里圣训集》第 6396 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 627 段

يُوسُفَ». متفق عليه.

“主啊！求您严厉地惩罚穆达尔人吧！主啊！求您对他们降下犹如在优素福时代降下的旱灾吧！”^①

☞ - 遭遇不幸时的言词：

艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: «المُؤْمِنُ الْقَوِيُّ حَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ حَيْرٍ، احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجَزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقْرُبْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحْ عَمَلَ الشَّيْطَانِ». أخرجه مسلم.

“坚强的信士在真主看来比软弱的信士更受喜爱，对这两种人都有幸福。你当致力于对自己有益的事情，并求真主襄助，你不要碌碌无为；如果你遇到不幸时，你不要说：‘假如我曾经这样做了，它就会如此这般。’但是你当说：‘这是真主的定然，真主随心所欲。’因为‘假如’一词确为恶魔打开了工作之门。”^②

☞ - 犯罪之后的言行：

艾布白克尔（愿主喜悦他）的传述，他说：我听主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

① 《布哈里圣训集》第 1006 段，《穆斯林圣训集》第 675 段，原文出自《穆斯林圣训集》

② 《穆斯林圣训集》第 2664 段

عن أبي بكر رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله ص يقول: «مَا مِنْ عَبْدٍ يُذْنِبُ ذَنْبًا فَيُحْسِنُ الظُّهُورَ، ثُمَّ يَقُولُ فَيُصْلِي رَكْعَتَيْنِ، ثُمَّ يَسْتَغْفِرُ اللَّهُ إِلَّا غَفَرَ اللَّهُ لَهُ»، ثم قرأ هذه الآية: ﴿وَالَّذِينَ إِذَا قَاتَلُوا فَنِسْأَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ﴾ إلى آخر الآية. أخرجه أبو داود والترمذى.

“任何一个仆人犯了过错，然后他洗个完美的小净，站起来礼两拜，然后再向真主求饶，那么，真主都会饶恕他。”他接着诵念了这节经文【当他们做了丑事或自欺的时候，记念真主，且为自己的罪恶而求饶——除真主外，谁能赦宥罪恶呢？——他们没有明知故犯地怙恶不悛】^①。^②

☞ - 有债务而无力偿还者：

❶-阿里（愿主喜悦他）的传述，一个交钱赎身的奴隶来找他说：

1- عن علي رضي الله عنه أنَّ مُكَاتِبًا جَاءَهُ فَقَالَ: إِنِّي قَدْ عَجَزْتُ عَنْ كِتَابَتِي فَأَعْنِي قَالَ: أَلَا أَعْلَمُكَ كَلِمَاتٍ عَلَمَنِيهِنَّ رَسُولُ اللَّهِ ص لَوْ كَانَ عَلَيْكَ مِثْ جَبَلٍ ثَيَرٍ دَيْنًا أَذَاهُ اللَّهُ عَنْكَ؟ قَالَ: قُلْ: «اللَّهُمَّ اكْفِنِي بِحَلَالِكَ عَنْ حَرَامِكَ، وَأَعْنِنِي بِفَضْلِكَ عَمَّنْ سِوَاكَ». أخرجه أحمد والترمذى.

“的确，我无能交纳赎金，您帮帮我吧！”阿里说：“我教授你主的使者（愿主赐福之，并使其平安）曾教授我的几句话，如你念了，即使你负有山大的债务，真主也会替

^① 《伊姆兰的家属章》第 135 节

^② 正确的圣训，《艾布达吾德圣训集》第 1521 段，《提勒秘目圣训集》第 3006 段

你偿还的。”他说：“你说：‘主啊！您让我满足于您的合法的给养，远离你所禁止的；让我满足于您的恩赐，无求于他人’。”^①

❷-艾奈斯·本·马立克(愿主喜悦他)的传述,他说:

٦- وعن أنس بن مالك رضي الله عنه قال: كَانَ النَّبِيُّ صلوات الله عليه وآله وسلامه يَقُولُ: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَرَثِ، وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالجُنُبِ وَالْبُخْلِ، وَضَلَاعِ الدِّينِ وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ». أخرجه البخاري.

先知（愿主赐福之，并使其平安）曾说：“主啊！我求您保护远离忧愁，烦恼，无能，懒惰，胆怯，吝啬，负债和压迫。”^②

→ - 遭遇大小困境时的言词：

①—清高的真主说：

١- قال الله تعالى: ﴿وَبَشِّرُ الصَّابِرِينَ ﴾١٥٥ ﴿الَّذِينَ إِذَا أَصْبَتْهُمْ مُّصِيبَةً قَاتَلُوا إِنَّا لَهُ
وَإِنَّا إِلَيْهِ رَحِيمُونَ ﴾١٥٦ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوةٌ مِّنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهَتَّدُونَ

【你当向坚忍的人报喜。[156]他们遭难的时候，说：“我们确是真主所有的，我们必定只归依他。”[157]这等人，是蒙真主的祐佑和慈恩的；这等人，确是遵循正道的。】

^①优良的圣训，《艾哈默德圣训集》第 1319 段、《正确丛书》第 266 段、《提勒秘目圣训集》第 3563 段。

^② 《布哈里圣训集》第 6369 段

①

❷-温姆塞莱麦（愿主喜悦她）的传述，她说：我听主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٦- وعن أم سلمة رضي الله عنها قالت: سمعت رسول الله ﷺ يقول: «ما مِنْ عَبْدٍ تُصِيبُهُ مُصِيبَةٌ فَيَقُولُ: إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ، اللَّهُمَّ أَجُرْنِي فِي مُصِيبَتِي، وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا إِلَّا أَجَرَهُ اللَّهُ فِي مُصِيبَتِهِ وَأَخْلَفَ لَهُ خَيْرًا مِنْهَا». أخرجه مسلم.

“任何一位穆斯林在遭到不幸时，他说：‘我们都是真主的，我们都将回归到他那里！主啊！求您在我所遭受的不幸中报酬我吧！您为我安排更好的代替者吧！’那么，真主一定会为他安排更好的代替者。”^②

☞ - 驱逐恶魔及其蛊惑的言词：

❶-清高的真主说：

١- قال الله تعالى: ﴿وَمَا يَزَّعُنَكَ مِنَ الشَّيْطَنِ نَعْمَلُ فَاسْتَعِدْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ﴾ [فصلت: ٣٦]

【[36]如果恶魔怂恿你，你应当求庇于真主。他确是全聰的，确是全知的。】^③

❷-宣礼词，背记各种记念词，诵读《古兰经》以及“库尔西”经文等等。

① 《黄牛章》第 155—157 节

② 《穆斯林圣训集》第 918 段

③ 《奉绥来特章》第 36 节

☞ - 恼怒时的言词：

苏莱曼·本·率尔德（愿主喜悦他）的传述，他说：

عَنْ سَلِيمَانَ بْنِ صَرْدٍ قَالَ: اسْتَبَّ رَجُلٌ عِنْدَ النَّبِيِّ ﷺ وَخَنْجُونُ عِنْدَهُ
جُلُوسٌ وَاحْدُهُمَا يَسْبُ صَاحِبَهُ مُغْضَبًا قَدِ احْمَرَ وَجْهُهُ فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: «إِنِّي
لَأَعْلَمُ كِلَمَةً لَوْ قَالَهَا لَذَهَبَ عَنْهُ مَا يَحِدُّ، لَوْ قَالَ: أَعُوذُ بِاللهِ مِنَ الشَّيْطَانِ
الرَّجِيمِ». متفق عليه

有两个人在先知（愿主赐福之，并使其平安）跟前对骂，我们当时也坐在他跟前，其中的一个人面红脖子粗，怒不可遏地骂另外一个人。先知（愿主赐福之，并使其平安）说：“的确，我知道有一句话，如果他说了，恼怒将离他而去，假若他说了：‘我求真主保护，免遭被逐恶魔的伤害’。”^①

^① 《布哈里圣训集》第 6115 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 2610 段

3. 特殊事件的记念词

☞ - 离开座谈时的言词：

艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «مَنْ جَلَسَ فِي مَجْلِسٍ فَكَثُرَ فِيهِ لَغْظَهُ فَقَالَ قَبْلَ أَنْ يَقُومَ مِنْ مَجْلِسِهِ ذَلِكَ: سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوْبُ إِلَيْكَ إِلَّا غُفرَانُكَ لَمَّا كَانَ فِي مَجْلِسِهِ ذَلِكَ». أخرجه أحمد والترمذى.

“谁坐在某一场合说了许多无意的言语，在从那个场合站起身之前，他说：‘主啊！赞您超绝万物，赞颂您，我作证除您之外，绝无真正的主宰；我向您求饶恕，我向您悔过自新。’那么，他在那个场合里的过错都将得到饶恕。”

①

☞ - 听到鸡鸣，驴叫，犬吠时的言词：

❶- 艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

١- عن أبي هريرة رضي الله عنه أنَّ النَّبِيَّ ﷺ قال: «إِذَا سَمِعْتُمْ صِيَاحَ الدَّيْكَةِ فَاسْأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ، فَإِنَّهَا رَأَتْ مَلَكًا، وَإِذَا سَمِعْتُمْ نَهِيقَ الْحَمَارِ فَتَعَوَّذُوا بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ فَإِنَّهَا رَأَتْ شَيْطَانًا». متفق عليه.

①正确的圣训，《艾哈默德圣训集》第 10420 段，《提勒秘目圣训集》第 3433 段，原文出自《提勒秘目圣训集》

“如果你们听到公鸡打鸣时，你们当向真主祈求他的恩惠，因为它确已看到了天使；如果听到驴叫时，你们当祈求真主的护佑，免遭恶魔的伤害，因为它确已看到了恶魔。”^①

❷-贾比尔·本·阿布杜拉（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٦- وَعَنْ جَابِرَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «إِذَا سَمِعْتُمْ نُبَاحَ الْكِلَابِ، وَنَهِيقَ الْحُمْرِ بِاللَّيْلِ فَتَعَوَّذُوا بِاللَّهِ، فَإِنَّهُنَّ يَرَيْنَ مَا لَا تَرَوْنَ». أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ وَأَبْوَ دَادُ.

“如果你们在夜间听到犬吠或驴叫时，你们当祈求真主的护佑，因为它们确已看到了你们看不到的东西。”^②

☞ - 看到患病者或其他遭灾者时的言词：

伊本欧麦尔（愿主喜悦他俩）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عَنْ ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «مَنْ رَأَى مُبْتَلًى فَقَالَ: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي عَافَنِي مِمَّا أَبْتَلَكَ بِهِ، وَفَضَّلَنِي عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقَ تَفْضِيلًا لَمْ يُصِبْهُ ذَلِكَ الْبَلَاءُ». أَخْرَجَهُ الطَّبَرَانِي.

^① 《布哈里圣训集》第 3303 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 2729 段

^② 正确的圣训，《艾哈默德圣训集》第 14334 段，《艾布达吾德圣训集》第 5103 段，原文出自《艾布达吾德圣训集》

“谁看见遭到患难者时说：‘一切赞颂全归真主，他使我免遭你所遭遇的灾难，他使我比其所创造的许多人都好。’那么，他就不会遭遇那种灾难。”^①

☞ - 对高傲自大不接受忠告者的言词：

赛莱麦图·本·艾勒艾克沃阿（愿主喜悦他）的传述，有个人在主的使者（愿主赐福之，并使其平安）跟前用左手吃饭，使者说：

عَنْ سَلْمَةَ بْنِ الْأَكْوَعِ أَنَّ رَجُلًا أَكَلَ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ بِشِمَالِهِ فَقَالَ: «كُلْ بِيَمِينِكَ» قَالَ: لَا أَسْتَطِعُ، قَالَ: «لَا اسْتَطِعْتَ» مَا مَنَعَهُ إِلَّا الْكِبْرُ، قَالَ: فَمَا رَفَعَهَا إِلَى فِيهِ. أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ.

“你当用右手吃饭。”他说：“我做不到。”使者（愿主赐福之）说：“不，你做得到。”但骄傲阻止了他。他说：“他再也无法将左手抬到嘴边。”^②

☞ - 当法定消除罪恶时的言词：

阿布杜拉·本·麦斯欧德（愿主喜悦他）的传述，他说：

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مُسْعُودٍ قَالَ: دَخَلَ النَّبِيُّ ﷺ مَكَّةَ وَحَوْلَ الْبَيْتِ ثَلَاثُمَائَةٍ وَسِتُّونَ نُصُبًا، فَجَعَلَ يَطْعَنُهَا بِعُودٍ فِي يَدِهِ، وَجَعَلَ يَقُولُ: «جَاءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَطْلُ». مُتَفَقُ عَلَيْهِ.

① 《泰柏拉尼圣训集》第 5320 段，《正确丛书》第 2737 段

② 《穆斯林圣训集》第 2021 段

“先知（愿主赐福之，并使其平安）进入麦加时，在天房的四周有三百六十座偶像，先知用手杖打着偶像说：【真理已来临了，虚妄已消灭了】^①。”^②

☞ - 对向自己行善者的言词：

❶-伊本阿巴斯（愿主喜悦他俩）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）上厕所去了，我为他备了洗小净用的水，他问：

١- عن ابن عباس رضي الله عنهما أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ دَخَلَ الْمَلَأَةَ فَوَضَعْتُ لَهُ وَضْوِيًّا، قَالَ: «مَنْ وَضَعَ هَذَا؟» فَأُخْبِرَ فَقَالَ: «اللَّهُمَّ فَقَهْهُ فِي الدِّينِ». متفق عليه.
“这是谁放的水？”我告诉了他是我；然后他说：“主啊！求您使他精通伊斯兰吧！”^③

❷-欧萨麦·本·宰德（愿主喜悦他俩）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٦- وعن أَسَمَّةَ بْنِ زَيْدٍ رضي الله عنهما قال: قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: «مَنْ صُنِعَ إِلَيْهِ مَعْرُوفٌ فَقَالَ لِفَاعِلِهِ: جَزَاكَ اللَّهُ خَيْرًا، فَقَدْ أَبْلَغَ فِي الشَّنَاءِ». أَخْرَجَ الترمذى

“凡得到他人帮助者，当对帮助者说：‘愿真主赐你幸福’。那么，他已做到了对他的报答。”^④

^①《夜行章》第81节

^②《布哈里圣训集》第2478段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第1781段

^③《布哈里圣训集》第143段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第2477段

^④正确的圣训，《提勒秘日圣训集》第2035段

❸-阿布杜拉·本·艾布莱比阿(愿主喜悦他)的传述，他说：先知(愿主赐福之，并使其平安)跟我借了四万银币，当他有钱之后，就把钱还给了我，并说：

وَعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ أَبِي رَبِيعَةَ قَالَ: اسْتَفْرَضَ مِنِّي التَّيْمِ أَرْبَعِينَ أَلْفًا فَجَاءَهُ مَالٌ فَدَفَعَهُ إِلَيَّ وَقَالَ: «بَارَكَ اللَّهُ لَكَ فِي أَهْلِكَ وَمَالِكَ، إِنَّمَا جَزَاءُ السَّلَفِ الْحَمْدُ وَالْأَدَاءُ». أَخْرَجَهُ النَّسَائِيُّ وَابْنُ ماجِهِ.

“愿真主在你的家人和钱财中赐予你吉庆，先贤的回报就是表扬和归还。”^①

☞ - 看见早熟的果子时的言词：

艾布胡莱赖(愿主喜悦他)的传述，他说：人们看见早熟的果子，他们就把果子带给先知(愿主赐福之，并使其平安)，主的使者(愿主赐福之，并使其平安)拿到果子时说：

عَنْ أَبِي هَرِيرَةَ أَنَّهُ قَالَ: كَانَ النَّاسُ إِذَا رَأَوْا أَوَّلَ الشَّمْرِ جَاؤُوهُ إِلَى الَّبِيِّ، فَإِذَا أَخَذَهُ رَسُولُ اللَّهِ قَالَ: «اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي شَمْرَنَا، وَبَارِكْ لَنَا فِي مَدِينَتِنَا، وَبَارِكْ لَنَا فِي صَاعِنَا، وَبَارِكْ لَنَا فِي مُدَنَّا» قَالَ: ثُمَّ يَدْعُونَ أَصْغَرَ وَلِيدٍ لَهُ فَيُعْطِيهِ ذَلِكَ الشَّمْرَ. أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ

“主啊！求您在我们果子里赐予我们吉庆！求您在我们的城市里赐予我们吉庆！求您在我们的沙阿里赐予我们吉庆！求您在我们的莫德里赐予我们吉庆！”他说：“然后

^①优良的圣训，《奈萨伊圣训集》第4683段，原文出自《奈萨伊圣训集》，《伊本马哲圣训集》第2424段

他喊来最小的儿童，把那个果子给予他。”^①

☞ - 遇到令人喜悦的事情时的行为

艾布白克尔（愿主喜悦他）的传述，

عن أبي بكر رضي الله عنه أنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا أَتَاهُ أَمْرٌ يَسِّرُهُ أَوْ يُسْرُ بِهِ خَرَّ سَاجِدًا شُكْرًا لِلَّهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى . أَخْرَجَهُ التَّرمِذِيُّ وَابْنُ مَاجَةَ

每当先知（愿主赐福之，并使其平安）遇到令他喜悦或使他喜爱的事情时，他就会倒身下拜，感谢伟大尊严的真主。^②

☞ - 愉快与高兴时的言词：

❶- 艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，在麦地那的某条道路上遇见了他，他当时没有大净，就悄悄溜走去洗大净了。

١- عن أبي هريرة رضي الله عنه أنَّه لَقِيَهُ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي طَرِيقٍ مِّنْ طُرُقِ الْمَدِينَةِ وَهُوَ جُنْبٌ فَأَنْسَلَ فَدَهَبَ فَاغْتَسَلَ فَتَفَقَّدَهُ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَلَمَّا جَاءَهُ قَالَ: «أَيْنَ كُنْتَ يَا أَبَا هُرَيْرَةَ؟» قَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ لَقِيْتُنِي وَأَنَا جُنْبٌ فَكَرِهْتُ أَنْ أُجَالِسَكَ حَتَّى أَغْتَسِلَ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «سُبْحَانَ اللَّهِ إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَا يَنْجُسُ». متفق عليه

然后先知（愿主赐福之，并使其平安）找他，当他返回时，先知说：“艾布胡莱赖！你去哪了？”他说：“主的使者！您遇见我时，我没有大净，我不喜爱没有洗大净与

^① 《穆斯林圣训集》第 1373 段

^② 优良的圣训，《提勒秘日圣训集》第 1578 段，《伊本马哲圣训集》第 1394 段，原文出自《伊本马哲圣训集》

您同坐。”主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：“赞颂真主超绝万物，信士是洁净的。”^①

②-伊本阿巴斯(愿主喜悦他俩)的传述,在其中提到,欧麦尔说:

٦- وعن ابن عباس رضي الله عنهمَا -وفيه.. قالَ عُمَرُ يَا رَسُولَ اللهِ: أَطْلَقْتَ نِسَاءَكَ، فَرَفَعَ إِلَيَّ بَصَرَهُ فَقَالَ: «لَا» فَقُلْتُ: اللَّهُ أَكْبَرُ... مُتَفَقٌ عَلَيْهِ
“主的使者啊！您休妻了？”他看了我一眼，然后说：
“没有。”我说：“事已至此……”^②

→ 遇到上同时的言词

阿依莎（愿主喜悦她）的传述，她说：每当刮狂风时，先知（愿主赐福之，并使其平安）都会说：

عن عائشة رضي الله عنها قالت: كان النبي ﷺ إذا عصفت الريح قال:
«اللهم إني أسألك خيرها، وخير ما فيها، وخير ما أرسّلت به، وأعوذ بك من شرّها وشرّ ما فيها، وشرّ ما أرسّلت به». أخرجه مسلم
“主啊！我向您乞求它的益处和它所带来的益处，以及它被派遣的益处；我求您保佑免遭它的伤害，以及它所带来的和它被派遣的伤害。”^③

一、看见云和雨时的言词

❷-阿依莎（愿主喜悦她）的传述，每当先知（愿主赐

①《布哈里圣训集》第283段,《穆斯林圣训集》第371段,原文出自《穆斯林圣训集》。

^②《布哈里圣训集》第5191段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第1479段。

^③ 《穆斯林圣训集》第 899 段

福之，并使其平安）看见下雨时，他都会说：

۱- عن عائشة رضي الله عنها أن رسول الله ﷺ كان إذا رأى المطر قال: **اللَّهُمَّ صَبِّرْنَا نَافِعًا**». أخرجه البخاري
“主啊！求您使它成为有益的雨水吧！”^①

۲-阿依莎（愿主喜悦她）的传述，

۳-عن عائشة رضي الله عنها أن النبي ﷺ كان إذا رأى سحاباً مقبلاً من أفقِ من الأفقِ ترك ما هو فيه وإنْ كانَ فِي صَلَاتِه حَتَّى يَسْتَقِيلَه فَيُقُولُ: «اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا أُرْسِلَ بِهِ» فإنْ أَمْطَرَ قَالَ: «اللَّهُمَّ سَيِّبْنَا نَافِعًا» مَرَّتَيْنِ أو ثلَاثَةَ، وإنْ كَشَفَهُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ وَلَمْ يُمْطِرْ حَمِيدَ اللَّهُ عَلَى ذَلِكَ». أخرجه البخاري
في الأدب المفرد وابن ماجه

每当先知（愿主赐福之，并使其平安）看到有乌云从地平线升起，他就会停止工作，即使是在礼拜也罢！直到他遇见它，他说：“主啊！我们求您保护它被派遣的伤害。”如果下雨了，他就说两遍或三遍：“主啊！求您使它成为有益的恩惠。”如果伟大尊严的真主消除了乌云，而没有下雨，那么，他就会赞颂真主消除乌云。^②

☞ - 下雨之后的言词：

«مُطَرَّنَا بِفَضْلِ اللَّهِ وَرَحْمَتِهِ». متفق عليه
“我们凭借真主的恩典和慈悯才得到了雨水。”^③

① 《布哈里圣训集》第 1032 段

② 正确的圣训，《布哈里圣训集》“唯一的礼节篇”第 707 段，《伊本马哲圣训集》第 3889 段

③ 《布哈里圣训集》第 1038 段，《穆斯林圣训集》第 71 段

☞ - 为服务员祈福：

艾奈斯（愿主喜悦他）的传述，他说：

عن أنس رضي الله عنه قال: قالت أمي: يا رسول الله خادمك ادع الله له، قال صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «اللَّهُمَّ أَكْثِرْ مَالَهُ، وَلَدَهُ، وَبَارِكْ لَهُ فِيمَا أَعْظَيْتَهُ». متفق عليه

“我的母亲说：‘主的使者啊！您向真主为您的服务员祈福吧！’”使者（愿主赐福之，并使其平安）说：“主啊！求您赐予他多福多子吧！求您在其中赐予他吉庆吧！”^①

☞ - 赞美他人时的言词：

艾布白克尔（愿主喜悦他）的传述，在其中提到主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي بكر رضي الله عنه - وفيه - أن رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قال: «إِذَا كَانَ أَحَدُكُمْ مَادِحًا صَاحِبَهُ لَا مَحَالَةَ، فَلْيَقُلْ: أَخْسِبْ فُلَانًا، وَاللَّهُ حَسِيبُهُ، وَلَا أَرْزِي عَلَى اللَّهِ أَحَدًا، أَخْسِبُهُ - إِنْ كَانَ يَعْلَمُ ذَاكَ - كَذَا وَكَذَا». متفق عليه

“如果你们某人必须要赞美他的朋友，而他也了解实情，那么，让他说：‘我认为某人是如此如此的，真主是最知道他的，在真主面前我无权证明任何人的清白，但我认为他是如此如此的’。”^②

☞ - 被证明是清白时的言词：

阿迪云・本・艾尔泰爱的传述，他说：曾有一位圣门

^① 《布哈里圣训集》第 6344 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 660 段

^② 《布哈里圣训集》第 2662 段，《穆斯林圣训集》第 3000 段，原文出自《穆斯林圣训集》

弟子，每当有人证明他是清白的时，他都会说：

عن عدي بن أرطأة قال: كان الرجل من أصحاب النبي ﷺ إذا زُكي قال:
اللَّهُمَّ لَا تُؤَاخِذنِي بِمَا يَقُولُونَ، وَاغْفِرْ لِي مَا لَا يَعْلَمُونَ. أخرجه البخاري في
الأدب المفرد.

“主啊！求您不要因为他们所说的话而惩罚我，对于他们不知道的，求您饶恕我。”^①

→ -祈求财产和子嗣时的言词：

清高的真主说：

قال الله تعالى: ﴿فَقُلْتُ أَسْتَغْفِرُ رَبِّكُمْ إِنَّهُ كَانَ عَفَارًا ۚ﴾ يُزَيْلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ
 ١١) ﴿وَمَدْرَازًا ۚ﴾ وَيَمْدُدُكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَيْنَ وَيَجْعَلُ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلُ لَكُمْ أَنْهَارًا ۚ﴾ [نوح: ١٠ - ١٢] :

【[10]我说，你们应当向你们的主求饶，他确是至赦的。[11]他就使丰足的雨水降临你们，[12]并且以财产和子嗣援助你们，为你们创造园圃和河流。】^②

^①正确的圣训，《布哈里圣训集》“独一的礼节篇”第782段。

^②《努哈章》第10-12节

第三：穆斯林用于免遭恶魔伤害的新祷词和纪念词

☞ - 疾病：疾病的种类与治疗：

疾病分为两种：心病和身体疾病。心病也分为两种：

❶- 伪信者的疑病，犹如伟大尊严的真主所说：

١- قال الله عز وجل: ﴿فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ﴾

﴿بِمَا كَانُوا يَكْنِدُونَ﴾ [البقرة: ١٠].

【[10]他们的心里有病，故真主增加他们的心病；他们将为说谎而遭受重大的刑罚。】^①

❷- 贪婪的疾病，如伟大尊严的真主对信士之母们说：

٢- قال الله عز وجل: ﴿فَلَا تَخْصَمُنَّ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعُ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ﴾

.[الأحزاب: ٣٢]

【你们不要说温柔的话，以免心中有病的人，贪恋你们。】^②

至于身体疾病，就是身体遭到的各种病症。

心理医学：只有通过认识众使者（愿真主赐他们幸福和平安），才能为了解决内心的精神疾病。心灵只有通过认识自己的养主，自己的创造主，认识主的尊名，属性，行

① 《黄牛章》第 10 节

② 《同盟军章》第 40 节

为和法律，通过寻求主的喜悦，远离他的禁止和恼怒，才能得到改善。

生理物理医学分为两种：一种是真主为人类和动物而创造的，这种并不需要医生去治疗与其相抵触的，如饥饿，干渴和疲劳；另一种需要思考，需要用自然药物治疗，或者是以正确的信仰治疗，或者是以两者兼并来治疗。

☞ - 心病：

内心疾病有损内心的健康和正直，内心的健康是认识和喜爱真理，而不会选择其他的。心病要么是因为对真理的怀疑，要么是选择其他的；伪信者的心病是对真理的疑问和怀疑，违背者的心病是欲望，还有其它的心病，如在大地上沽名钓誉，傲慢，自负，嫉妒，自夸，骄矜，喜爱权势和显赫的地位，而这些疾病就会产生猜疑和欲望的患者，我们祈求真主赐予健康和宽恕。

☞ - 消除人类与精灵中的恶魔的伤害：

❶-真主命令人们对待制造敌对者，当抚慰和善待他，以便他回归到良好的本性和高尚的品德。超绝万物的真主说：

1- قال سبحانه: ﴿وَلَا سَتُوا لِلْحَسَنَةِ وَلَا السَّيِّئَةِ أَدْفَعْ بِالْأَقْرَبِ هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا أَلَّا دُرِّي
يَكْنَكَ وَيَنْكَ عَذَّابَهُ كَانَهُ مُؤْلِي حَمِيمٌ ﴾٢٦١ وَمَا يَلْقَنَهَا إِلَّا ذُو حَظٍ﴾

[٣٤-٣٥] **عظيمٌ**

【[34]善恶不是一样的。你应当以最优美的品行去对付恶劣的品行，那么，与你相仇者，忽然间会变得亲如密友。[35]唯坚忍者，获此美德，唯有大福分者，获此美德。】

①

②-伟大尊严的真主命令人们当祈求真主保护，免遭人类与精灵中工作和施舍都不被接受的恶魔的伤害，因为其本性就是欺骗和敌视人类。超绝万物的真主说：

۶- قال سبحانه: ﴿وَلَا يَرْغَبُكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَعْمَلُ فَاسْتَعِذُ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ﴾ [٣٦] **الْعَلِيمٌ**

【[36]如果恶魔怂恿你，你应当求庇于真主。他确是全聰的，确是全知的。】^②

☞-天使与恶魔在白天和黑夜相继到于人类的心中，其中有些人的夜晚比白天更长，有些人的白天的比夜晚更长，有些人所有的时间都是黑夜，有些人所有的时间都是白天。人内心与天使接触，也与恶魔接触，真主命令人心向善，而恶魔对人心有两种怂恿：要么是极端，过度；要么是疏忽，怠慢。

①《奉绥来特章》第 34-35 节

②《奉绥来特章》第 36 节

☞ - 恶魔对人类的敌对：

伟大尊严的真主专门赐予了承担职责的被造物——人类与精灵——三大恩典：理智，信仰和自由选择。易卜劣厮是第一个滥用这种恩典，坚持背叛自己养主的命令；它请求真主宽限它复生日，然后它恶劣地利用这些恩典诱骗人类，促使他们犯罪，以便人类跟它一同进入火狱。

①-清高的真主说：

١- قال الله تعالى: ﴿إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُلُّ عَدُوٍّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُوا حِزْبَهُ لِيَكُونُوا

من أَصْحَابِ السَّعْيِ﴾ [فاطر: ٦].

【[6]恶魔确是你们的仇敌，所以你们应当认他为仇敌。他只号召他的党羽，以便他们做烈火的居民。】^①

②-清高的真主说：

٢- وقال الله تعالى: ﴿إِنَّ الشَّيْطَانَ لِلْأَنْسَنَ عَدُوٌّ مُّبِينٌ﴾ [يوسف: ٥]

【恶魔确是人类公开的仇敌。】^②

③-贾比尔（愿主喜悦他）的传述，他说：

٣- وعن جابر رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: «إِنَّ عَرْشَ إِبْلِيسَ عَلَى الْبَحْرِ فَيَبْعَثُ سَرَایَاهُ فَيُقْتَنُونَ النَّاسَ، فَأَعْظَمُهُمْ عِنْدَهُ أَعْظَمُهُمْ فِتْنَةً». أخرجه مسلم.

我听主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：“易卜

① 《创造者章》第 6 节

② 《优素福章》第 5 节

劣嘶的宝座是在海上的，它派遣自己的部队去诱惑人类；在它跟前，功劳最大者就是它们中对人类诱惑最大者。”^①

☞ - 恶魔对人类仇恨的表现：

恶魔以各种不同的方式与人类为敌：

其中包括：诱惑人类，促使他们犯罪与作恶，然后与他们断绝关系。

其中包括：工作时教唆地诱惑人类。

其中包括：它使人类误入歧途，使他们处于幻想和亏折之中，并在他们之间挑拨离间。

其中包括：它引诱他们犯罪，以及其它的非法事情。

其中包括：它坐在所有行善的道路上，阻止人行善，并对人进行妨碍，阻扰和恐吓。

其中包括：它忙碌于在人们之间进行挑拨是非，并在他们之间制造敌意和仇恨。

其中包括：它在人们的心中制造嫉妒和仇恨。

其中包括：用各种灾害与疾病伤害他们，并尽其所能地阻止人们遵行正道。

其中包括：它在人的耳朵里尿尿，使其睡觉直到早上，并在人的头上打结扣，阻止其醒来。

^① 《穆斯林圣训集》第 2813 段

谁听从恶魔的，顺服它，那么，他就成为恶魔的党羽，将于恶魔一起被稽核到火狱之中。谁服从自己的养主，抗拒恶魔，那么，真主就会保护他免遭恶魔的伤害，并使其进入乐园。

❶-清高的真主说：

١- قال الله تعالى: ﴿أَسْتَحْوِدُ عَلَيْهِمُ الْشَّيْطَانُ فَإِنْ شَاءُمُّهُ ذَرْ أَلَّهُ أُولَئِكَ حِزْبُ الْشَّيْطَانِ^{١٩} إِلَّا إِنَّ حِزْبَ الشَّيْطَانِ هُمُ الظَّالِمُونَ^{٢٠}﴾ [المجادلة: ١٩].

【[19]恶魔已经制服了他们，因而使他们忘却真主的教训；这等人，是恶魔的党羽，真的，恶魔的党羽确是亏折的。】^①

❷-清高的真主说：

٢- وقال الله تعالى: ﴿قَالَ أَذْهَبْتَ فَنَنْ تَبَعَكَ مِنْهُمْ فَإِنَّ جَهَنَّمَ جَرَأْتُمْ جَزَاءَ^{٢١} مَوْفُورًا^{٢٢} وَاسْتَقْرَزْ مَنِ اسْتَطَعْتَ مِنْهُمْ يَصْوِرِكَ وَأَجْلَبْ عَلَيْهِمْ بِخِيلَكَ وَرِحْلَكَ وَشَارِكَهُمْ^{٢٣} فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ وَعَدْهُمْ وَمَا يَعْدُهُمُ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا^{٢٤} إِنَّ عَبَادِي لَيْسَ لَكَ^{٢٥} عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ وَكَفَى بِرِبِّكَ وَكَيْلًا^{٢٦}﴾ [الإسراء: ٦٣-٦٥].

【[63]真主说：“你去吧！他们中凡顺从你的，火狱必定是他们和你的充分的报酬。[64]你可以用你的声音去恫吓他们中你所能恫吓的人；你可以统率你的骑兵和步兵，去反对他们；你可以和他们同享他们的财产和儿女；你可

^① 《辩诉者章》第 19 节

以许给他们任何东西——恶魔只许给他们妄想——[65]我的仆人，你对他们没有任何权柄，你的主足为监护者。”】^①

❸—赛布尔·本·艾布法克海（愿主喜悦他）的传述，他说：

٣- وعن سبرة بن أبي فاكه رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلوات الله عليه وآله وسلامه يقول: «إِنَّ الشَّيْطَانَ قَعَدَ لَابْنِ آدَمَ بِأَطْرُقَه، فَقَعَدَ لَهُ بِطَرِيقِ الْإِسْلَامِ، فَقَالَ: تُسْلِمُ وَتَدْرُ دِينَكَ وَدِينَ آبَائِكَ وَآبَاءِ أَبِيكَ فَعَصَاهُ فَأَسْلَمَ. ثُمَّ قَعَدَ لَهُ بِطَرِيقِ الْهِجْرَةِ فَقَالَ: تُهَاجِرُ وَتَدْعُ أَرْضَكَ وَسَمَاءَكَ، وَإِنَّمَا مَثَلُ الْمُهَاجِرِ كَمَثَلِ الْفَرَسِ فِي الطَّوْلِ فَعَصَاهُ فَهَاجَرَ. ثُمَّ قَعَدَ لَهُ بِطَرِيقِ الْجِهَادِ، فَقَالَ: تُجَاهِدُ فَهُوَ جُهْدُ النَّفْسِ وَالْمَالِ فَتُقَاتَلُ فَتُقْتَلُ فَتُنْكَحُ الْمَرْأَةُ، وَيُقْسَمُ الْمَالُ، فَعَصَاهُ فَجَاهَ» فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلوات الله عليه وآله وسلامه: «فَمَنْ فَعَلَ ذَلِكَ كَانَ حَقًا عَلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ أَنْ يُدْخِلَهُ الْجَنَّةَ». أَخْرَجَ أَحْمَدُ وَالنَّسَائِيُّ

我听主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：“恶魔坐在人的各条道路，坐在人皈依伊斯兰的道路上，它说：‘你加入伊斯兰，你要背叛自己的信仰，背叛你父亲的，你祖先的信仰吗？’然而人没有服从它，加入了伊斯兰；坐在人迁徙的道路上，它说：‘你要放弃自己的天地而迁徙吗？迁士就像长途旅行的马一样。’然而人没有服从它，而迁徙了；坐在人为主道奋斗的道路上，它说：‘你要为主道奋斗吗？那是生命和财产的付出，你参加战斗，如果你被

^① 《夜行章》第 63–65 节

杀了，妻子会改嫁，财产被瓜分。’然而人没有服从它，而参加了为主道奋斗。”然后主的使者（愿主赐福之，并使其平安）又说：“谁这样做了，伟大尊严的真主必定会使他进入乐园。”^①

☞ - 恶魔的道路：

人们所走的道路有四条：右，左，前，后。人们在走着其中的任何一条道路时，他都会发现恶魔在其中监测监视着他。

如果人走顺从的正道，从中他会发现恶魔阻扰和阻碍自己遵循正道。

如果他走违抗的罪恶之路，他就会发现恶魔对其进行帮助，支持和美化。

清高的真主说：

قال الله تعالى: ﴿قَالَ رَبِّيْمَا أَغْوَيْتَنِي لَا قَدَدَنَ لَهُمْ حِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ﴾ [١٦] مِنْ لَا يَتَّبِعُهُمْ مِنْ أَيْمَنِ
أَيْمَنِهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَكُنْ أَنْتَمْ بَعْدَهُمْ وَلَا يَجِدُ أَثْرَفُهُمْ شَرِيكَتَ﴾ [١٧] الْأَعْرَافَ
. [١٧-١٦]

【[16]】它说：“由于您使我迷误，我必定在您的正路上伺候他们。【[17]】然后，我必定从他们的前后左右进攻他们。

^① 《艾哈默德圣训集》第 16054 段，《正确丛书》第 2979 段，《奈沙伊圣训集》第 3134 段，原文出自《奈沙伊圣训集》

您不致于发现他们大半是感谢的。”】^①

☞ - 恶魔的入口：

恶魔到于人类的入口有三个：欲望，恼怒和私欲。而兽欲使人不公正地对待自己，其结果是贪婪和吝啬。

恼怒是野兽，它是比欲望更大的祸害；恼怒使人不公正地对待自己与他人。其结果是自负和得意忘形。

私欲是恶魔，它是比恼怒更大的祸害；私欲使人不义地违法乱纪，并以举伴与昧恩侵犯自己的创造主。其结果是昧恩，制造异端，最大的罪孽就是兽欲，使他们对任何事情都无论为力，从而使他们进入其它的各种恶魔的入口之中。

☞ - 恶魔的步骤：

在世界上所有的罪恶都是恶魔造成的，它是罪恶的因素，但是，它的罪孽局限在七个步骤之中，直至人类其中的一个或多个步骤伤害：

第一：也是最恶劣的就是它企图让人类否认和举伴真主，并且敌对真主及其使者（愿主赐福之，并使其平安）。

如果它对这种无能为力时，它就会使其转向异端邪说，这是第二种。

^① 《高处章》第 6-7 节

如果它对这种无能为力时，它就会使其转向制造分裂的大罪，这是第三种。

如果它对这种无能为力时，它就会使其转向小罪，这是第四种。

如果它对这种无能为力时，它就会使其忙于无益也无害的事情，从而放弃顺从真主与各种应尽的义务，这是第五种。

如果它对这种无能为力时，它就会使其忙于次要的而放弃主要的，如忙于副功而失去主命，这是第六种。

如果它对这种也无能为力时，它就会让人类与精灵中的恶魔统治他，用各种灾难伤害他，使其忙碌，紊乱，这是第七种。信士一直奴隶奋斗，直至与真主相见。我们祈求真主援助，稳定我们的步伐。

☞ - 人类祈求真主保佑免遭恶魔伤害的祷词：

人类根据《古兰经》和正确的《圣训》所提到的祈祷词和记念词祈求真主保护，免遭恶魔的伤害。凭借清高真主的意欲，其中包含了康复，怜悯，指导和免遭今后两世的一切伤害的祈祷词和记念词。其中包括：

第一个堡垒：祈求伟大的真主护佑。

伟大尊严的真主确已命令他的使者（愿主赐福之，并使其平安）全面地祈求真主保护，免遭恶魔的伤害——诵读《古兰经》时，恼怒时，以及被诱惑时，尤其是在令人厌恶的梦境中。

①-清高的真主说：

١- قال الله تعالى: ﴿وَمَا يَرْغَبُكَ مِنَ الشَّيْطَنِ نَعْلَمُ فَاسْتَعِذْ بِاللهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ﴾

﴿العلیم﴾ [فصلت: ٣٦]

【[36]如果恶魔怂恿你，你应当求庇于真主。他确是全聰的，确是全知的。】^①

②-清高的真主说：

٢- وقال الله تعالى: ﴿إِذَا قرأتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللهِ مِنَ الشَّيْطَنِ الرَّجِيمِ﴾
 ﴿إِنَّهُ لَسَ لَهُ سُلْطَنٌ عَلَى الَّذِينَ أَمَنُوا وَعَلَى رَتْهُمْ يَتَوَكَّلُونَ﴾ [النحل: ٩٩-٩٨]

【[98]当你要诵读《古兰经》的时候，你应当求真主保护，免遭被逐恶魔的干扰。[99]对信道而且信赖真主者，他毫无权力。】^②

第二个堡垒：泰斯米。泰斯米是穆斯林免遭恶魔伤害的堡垒，可以避免恶魔混杂到人的食物，饮料，房事，进

① 《奉绥来特章》第 36 节

② 《蜜蜂章》第 98-99 节

家等其它的各种状况之中。

❶-贾比尔·本·阿布杜拉（愿主喜悦他俩）的传述，他听主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

١- عن جابر بن عبد الله رضي الله عنهمَا أَنَّهُ سَمِعَ الشَّيْءَ يَقُولُ: «إِذَا دَخَلَ الرَّجُلُ بَيْتَهُ، فَذَكَرَ اللَّهَ عِنْدَ دُخُولِهِ وَعِنْدَ طَعَامِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ: لَا مَبِيتَ لَكُمْ وَلَا عَشَاءَ، وَإِذَا دَخَلَ فَلَمْ يَذْكُرِ اللَّهَ عِنْدَ دُخُولِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ أَدْرَكْتُمُ الْمَبِيتَ، وَإِذَا لَمْ يَذْكُرِ اللَّهَ عِنْدَ طَعَامِهِ قَالَ أَدْرَكْتُمُ الْمَبِيتَ وَالْعَشَاءَ».

أخرجه مسلم

“当一个人回到自己的家里，进门时他记念真主，吃饭时也记念真主，恶魔就对它的同伴们说：‘今晚你们没有住处和晚饭。’如果那个人在进家时没有记念真主，恶魔就会说：‘你们找到了住处。’如果他吃饭时也没有记念真主，恶魔就会说：‘你们找到了住处，也找到了晚餐’。”^①

❷-伊本阿巴斯（愿主喜悦他俩）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٢- وعن ابن عباس رضي الله عنهمَا قال: قال رسول الله ﷺ: «لَوْ أَنَّ أَحَدَكُمْ إِذَا أَرَادَ أَنْ يَأْتِيَ أَهْلَهُ فَقَالَ: بِاسْمِ اللَّهِ، اللَّهُمَّ جَنِبْنَا الشَّيْطَانَ، وَجَنِبْنَا الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْنَا، فَإِنَّهُ إِنْ يُقَدَّرْ بَيْتُهُمَا وَلَدُّهُ فِي ذَلِكَ لَمْ يَضُرَّهُ شَيْطَانٌ أَبَدًا». متفق عليه.

“假若你们谁想跟妻室同房，让他就说：‘以真主之名，

^① 《穆斯林圣训集》第 2018 段

主啊！求您使我们远离恶魔，求您使恶魔远离您所赐给我们的。’如果在那次房事中他注定得子，那么，恶魔永远都不能伤害他。”^①

第三个堡垒：在睡觉时，礼每番拜之后，生病等类似情况下，诵读求护佑的两章经文——《曙光章》和《世人章》。

欧格柏·本·阿米尔（愿主喜悦他）的传述，他说：

عَنْ عَقْبَةِ بْنِ عَامِرٍ قَالَ: بَيْنَا أَنَا أَسِيرُ مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ بَيْنَ الْجَحْفَةِ وَالْأَبْوَاءِ إِذْ غَشِيَّتِنَا رِيحٌ وَظُلْمَةٌ شَدِيدَةٌ، فَجَعَلَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يَتَعَوَّذُ بِهِ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ وَقُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ» وَيَقُولُ: «يَا عَقْبَةً تَعَوَّذْ بِهِمَا تَعَوَّذْ مُتَعَوَّذْ بِمِثْلِهِمَا». قَالَ: وَسَمِعْتُهُ يَؤْمِنًا بِهِمَا فِي الصَّلَاةِ. أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ وَأَبُو دَاوُد

正当我伴随主的使者（愿主赐福之，并使其平安）走在祖哈法和艾布瓦之间，突然遭遇暴风和黑暗。主的使者（愿主赐福之，并使其平安）一直诵读求护佑的两章经文：【[1] 你说：“我求曙光的主保护……】^②和【[1] 你说：“我求人类的养主保护……】^③，然后他说：“欧格柏啊！你当以这两章经文祈求护佑，任何祈求护佑者的求助莫过于这两章经文。”他说：“我听他在带着我们礼拜中诵读的

① 《布哈里圣训集》第 7396 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 1434 段

② 《曙光章》第 1-5 节

③ 《世人章》第 1-6 节

就是这两章经文。”^①

第四个堡垒：诵读“库尔西”的经文。

艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：

عن أبي هريرة ﷺ قال: وَكُلْنِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ بِحِفْظِ رَكَّةِ رَمَضَانَ، فَأَتَانِي
آتٍ فَجَعَلَ يَحْثُو مِنَ الطَّعَامِ، فَأَخَذْتُهُ فَقُلْتُ: لَا رَفَعْتَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ ،
فَقَصَّ الْحَدِيثَ فَقَالَ: إِذَا أَوْتَتِ إِلَى فِرَاشِكَ فَاقْرَأْ آيَةَ الْكُرْسِيِّ، لَمْ يَزُلْ مَعَكَ مِنَ
اللَّهُ حَافِظٌ، وَلَا يَقْرَبُكَ شَيْطَانٌ حَتَّى تُصْبِحَ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: «صَدَقَكَ وَهُوَ
كَذُوبٌ، ذَاكَ شَيْطَانٌ». أَخْرَجَهُ الْبَخَارِيُّ.

主的使者（愿主赐福之，并使其平安）委派我看管赖麦丹月里的天课，一天晚上来了一人，偷拿天课中的食物，被我逮住了，我说：“我一定将你交给真主的使者（愿主赐福之，并使其平安）处理。”他在讲述中提到：那个人（小偷对他）说：“当你上床睡觉时，你诵念‘库尔西’经文，来自真主保护者会一直看护你，恶魔不能接近你，直到早晨。”先知（愿主赐福之，并使其平安）说：“你是实话的，他是说谎者，那是恶魔。”^②

第五个堡垒：诵读《黄牛章》的最后两节经文。

艾布麦斯欧德·艾勒白德利（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

^① 《艾哈默德圣训集》第 17483 段，《艾布达吾德圣训集》第 1463 段，原文出自《艾布达吾德圣训集》

^② 《布哈里圣训集》第 5010 段，请查看谢赫艾勒巴尼的《布哈里圣训集简介》2: 106

عن أبي مسعود الأنصاري ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: «مَنْ قَرَأَ هَاتَيْنِ الْآيَتَيْنِ مِنْ أَخِيرِ سُورَةِ الْبَقَرَةِ فِي لَيْلَةِ كَفَّاتَهُ». متفق عليه
“谁在夜晚诵读了《黄牛章》中最后的两节经文，那么，它俩足够他的了。”^①

第六个堡垒：诵读《黄牛章》。

艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي هريرة ﷺ أنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ: «لَا تَجْعَلُوا بُيُوتَكُمْ مَقَابِرَ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْفُرُ مِنَ الْبَيْتِ الَّذِي تُقْرَأُ فِيهِ سُورَةُ الْبَقَرَةِ». أخرجه مسلم.
“你们不要把家当作墓地，恶魔会从颂读《黄牛章》的家中逃走。”^②

第七个堡垒：以诵读《古兰经》，赞主清静，赞颂真主，赞主至大和赞美真主等赞词多多地纪念真主。

艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي هريرة ﷺ أنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ: «مَنْ قَالَ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْحَمْدُ وَلَهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ فِي يَوْمٍ مِائَةٌ مَرَّةٌ، كَانَتْ لَهُ عَدْلٌ عَشْرَ رِقَابٍ، وَكُتِبَتْ لَهُ مِائَةٌ حَسَنَةٌ، وَمُحِيطٌ عَنْهُ مِائَةٌ سَيِّئَةٌ، وَكَانَتْ لَهُ حِزْنًا مِنَ الشَّيْطَانِ يَوْمَهُ ذَلِكَ حَقٌّ يُمْسِي، وَلَمْ يَأْتِ أَحَدٌ أَفْضَلَ

① 《布哈里圣训集》第 5009 段，《穆斯林圣训集》第 808 段，原文出自《穆斯林圣训集》

② 《穆斯林圣训集》第 780 段

مِمَّا جَاءَ بِهِ إِلَّا أَحَدٌ عَمِلَ أَكْثَرَ مِنْ ذَلِكَ». متفق عليه.

“谁每天念一百遍：‘除独一无二的真主之外，绝无应受崇拜的，他拥有一切权力，拥有一切赞美，他确是大能于万物的主’；那么，这个记念词对于他犹如释放了十个奴隶的回赐，并为他记录一百件善功，消除他的一百件过错；这个记念词是他那一天中的堡垒，保护他免遭恶魔的伤害，直至夜晚；没有任何人比他带来的更优越了，除非是比他做的更多者。”^①

第八个堡垒：出门时的祈祷词。

艾奈斯·本·马立克（愿主喜悦他）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

عَنْ أَنْسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «إِذَا خَرَجَ الرَّجُلُ مِنْ بَيْتِهِ فَقَالَ: يَا سَمِّ اللَّهِ، تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ» قَالَ: «يُقَالُ حِينَئِذٍ هُدِيَتْ وَكُفِيتْ وَوُقِيتْ فَتَتَّحَى لَهُ الشَّيَاطِينُ، فَيَقُولُ لَهُ شَيْطَانٌ آخَرُ: كَيْفَ لَكَ بِرَجُلٍ قَدْ هُدِيَ وَكُفِيَ وَوُقِيَ». أَخْرَجَهُ أَبُو دَاوُدُ وَالْتَّرمِذِيُّ.

“当一个人从自己的家中出去时，他说：‘奉真主之名，我托靠真主，无能无力，全凭真主’。”他又说：“这时就会有一个声音对他说：‘你已经获得了指引，获得了满足，获得了保护’，所有的恶魔只能远离他。另一个恶魔对他说：

^① 《布哈里圣训集》第 6403 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 2691 段

‘你对这个人怎么了，他确已获得了指引，获得了满足，获得了保护’。”^①

第九个堡垒：住宿时的祈祷词。

呼来图·宾图·哈克米·艾勒赛莱米业（愿主喜悦她）的传述，她说：我听主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن خولة بنت حكيم السلمية رضي الله عنها أنها سمعت رسول الله يقول: «مَنْ نَزَلَ مَنْزِلًا ثُمَّ قَالَ: أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ، لَمْ يَضُرُّهُ شَيْءٌ حَقَّ يَرْتَحِلَ مِنْ مَنْزِلِهِ ذَلِكَ». أخرجه مسلم.

“谁投宿某地，然后他说：我以真主完美的言辞祈求护佑，免遭万物的伤害。那么，任何事物都不能伤害他，直至离开他住宿的那个地方。”^②

第十个堡垒：把手放在嘴上，克制打哈欠。

①-艾布赛尔德·艾勒胡德利（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

- عن أبي سعيد الخدري قال: قال رسول الله ﷺ: «إِذَا تَشَوَّبَ أَحَدُكُمْ فَلْيُمْسِكْ بِيَدِهِ عَلَى فِيهِ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَدْخُلُ». أخرجه مسلم
“你们中谁打哈欠，让他用自己的手捂住他的嘴，因为他张开嘴打哈欠时，恶魔会钻进他的嘴里。”^①

^①正确的圣训，《艾布达吾德圣训集》第 5095 段，原文出自《艾布达吾德圣训集》，《提勒秘目圣训集》第 3426 段

^②《穆斯林圣训集》第 2708 段

❷-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

2- عن أبي هريرة ﷺ أن رسول الله ﷺ قال: «الشَّاغُلُ مِنَ الشَّيْطَانِ، فَإِذَا تَشَاءَبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَكُنْ مَا اسْتَطَاعَ». متفق عليه.

“哈欠是来自于恶魔，如果中有人想打哈欠时，让他当尽力克制。”^②

第十一个堡垒：宣礼词。

艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي هريرة ﷺ أن رسول الله ﷺ قال: «إِذَا نُودِي لِلصَّلَاةِ أَدْبَرَ الشَّيْطَانُ لَهُ ضَرَاطٌ حَتَّى لا يَسْمَعَ التَّأْذِينَ، فَإِذَا قُضِيَ النَّدَاءُ أَقْبَلَ، حَتَّى إِذَا ثُوِّبَ لِلصَّلَاةِ أَدْبَرَ، حَتَّى إِذَا قُضِيَ التَّشْوِيبُ أَقْبَلَ، حَتَّى يَخْطُرَ بَيْنَ الْمَرْءَ وَنَفْسِهِ، يَقُولُ أَذْكُرْ كَذَا، أَذْكُرْ كَذَا لِمَا لَمْ يَكُنْ يَذْكُرْ حَتَّى يَظْلَلَ الرَّجُلُ لَا يَذْرِي كَمْ صَلَّى».

متفق عليه

“当宣礼员为礼拜而念宣礼词时，恶魔就屁滚尿流地逃之夭夭，直至它听不到宣礼声才停下；当宣礼词结束之后，他就返回。当成拜词念起时，他又逃之夭夭；当成拜词结束之后，它又再次返回，并穿梭在礼拜的人及其内心之间进行蛊惑，他说：‘你当记起这件事，你当记起这件事。’

① 《穆斯林圣训集》第 2995 段

② 《布哈里圣训集》第 6223 段，《穆斯林圣训集》第 2994 段，原文出自《穆斯林圣训集》

让他想起以前想不起来的事，直到那个礼拜的人知道自己已经礼了多少拜。”^①

第十二个堡垒：进入清真寺时的祈祷词

欧格柏的传述，他说：阿布杜拉·本·阿慕鲁·本·阿税（愿主喜悦他俩）告诉我们：

عَنْ عَقْبَةَ قَالَ: حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا عَنِ النَّبِيِّ أَنَّهُ كَانَ إِذَا دَخَلَ الْمَسْجِدَ قَالَ: «أَعُوذُ بِاللَّهِ الْعَظِيمِ وَبِوْجُوهِ الْكَرِيمِ، وَسُلْطَانِهِ الْقَدِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ» قَالَ: أَقْطُ؟ قُلْتُ: نَعَمْ، قَالَ: فَإِذَا قَالَ ذَلِكَ قَالَ الشَّيْطَانُ: حُفِظَ مِنِّي سَائِرَ الْيَوْمِ. أَخْرَجَهُ أَبُو دَاوُد

每当先知（愿主赐福之，并使其平安）进入清真寺时，他都会说：“我求伟大的真主及其尊容，永恒的权威护佑我，免遭被驱逐恶魔的伤害。”他说：“仅此而已？”我说：“是的。”他说：“如果他这样说了，那么恶魔则会说：‘这一整天我无能侵扰他了！’”^②

第十三个堡垒：小净与礼拜。毋庸置疑，在恼怒与欲望时，没有任何比小净与礼拜更能有效地熄灭恼怒与欲望之火了。

^①《布哈里圣训集》第 608 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 389 段

^②正确的圣训，《艾布达吾德圣训集》第 466 段

第十四个堡垒：顺从清高的真主及其使者（愿主赐福之，并使其平安）；远离无益地观看，以及过多地言语，饮食和无益地交际。

第十五个堡垒：清除家中的图像，雕像，狗和铃铛。

❶-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

١- عن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: «لَا تَدْخُلُ الْمَلَائِكَةُ بَيْتًا فِيهِ تَمَاثِيلٌ أَوْ تَصَاوِيرٌ». أخرجه مسلم.
“天使不进入其中有雕像或图像的家中。”^①

❷-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

٢- عن أبي هريرة ﷺ أن رسول الله ﷺ قال: «لَا تَضْحَبُ الْمَلَائِكَةُ رُفْقَةً فِيهَا كَلْبٌ وَلَا جَرْسٌ». أخرجه مسلم.
“众天使不伴随带有狗与铃铛的人结伴而行。”^②

第十六个堡垒：远离精灵与恶魔的居所，如洞穴，不洁净的地方；又如粪堆，垃圾站；远离人烟稀少的地方，如沙漠，遥远的海滨，骆驼的栏圈等等。

① 《穆斯林圣训集》第 2112 段

② 《穆斯林圣训集》第2113段

第四：治疗魔术与中邪

☞-**魔术**：就是影响身心的咒语，咒符与魔法。

☞-魔术纯属是邪恶的，不公正的，作恶的，侵略的，它侵犯了人类的权利，要么是人的身体，或他的金钱，或他的理智，或他与他人的关系。

☞-**中邪**：就是指精灵附入人体。

☞-**人类同精灵的各种状况**：

精灵是有生命的，有理智的，被命令的，被禁止的，他们中有顺从的，也有违背的，他们有将获得赏赐的，也有将遭受惩罚的：

①-其中有人根据真主及其使者命令自己的去命令人类，或命令精灵皈依真主，并且命人行善，止人作恶，这种人属于真主最优越的爱仆。

②-其中有人请求精灵帮助他做一些真主及其使者禁止的事情，要么是举伴真主，或者是杀害受到保护的生命，或者是暴虐，犹如使他们生病；要么是作恶。这种人求助于精灵作恶和横暴。

③-其中有人求助于精灵，并认为他有许多荣誉；这种人是在自欺欺人，他们确在欺骗他。

④-其中有人请求精灵帮助他做一些许可的事情，这是行为是被禁止的，因为这是在法律中没有依据的。

☞-中邪的因素：

中邪是直接来自于精灵，要么是通过欲望，私欲和恋爱，就像是发生在部分人中间的那样；或者是因为恼怒，报复不公正者而发生。或者是惩罚他们，要么杀死他们中的部分人，或者是把热水或尿泼在他们中的部分人身上，这也可能是来自于精灵的藐视和伤害，犹如无知的人们一样。

☞-治疗魔术与中邪分为两种情况：

第一：知道魔术所在，然后凭着真主的意欲，把其驱除，销毁并使其无效。这是通常医治中邪者的方法，可以通过以下方式知道魔术所在：要么是在睡梦之中，或者是在搜索魔术之际真主赐予他的真知灼见，或者是通过精灵的途径，就是在对中邪者诵读医治他的祈祷词时，迫使精灵说出魔术所在。

阿依莎（愿主喜悦她）的传述，她说：“主的使者（愿主赐福之，并使其平安）被人施了魔术，甚至到了他想去妻室那里，但是都没有去了。”苏福杨说：“如果事情真是这样，这确是最严厉的魔术。”他说：

عن عائشة رضي الله عنها قالت: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ سُحْرًا حَتَّىٰ كَانَ يَرَى أَنَّهُ يَأْتِي النِّسَاءَ وَلَا يَأْتِيهِنَّ. قال سفيان: وهذا أشد ما يكون من السحر إذا كان كذلك، فَقَالَ: «يَا عَائِشَةً، أَعْلَمْتُ أَنَّ اللَّهَ قَدْ أَفْتَانِي فِيمَا اسْتَفْتَيْتُهُ فِيهِ؟ أَتَأْنِي رَجُلًا فَقَعَدَ أَحَدُهُمَا عِنْدَ رَأْسِي، وَالآخَرُ عِنْدَ رِجْلِي. فَقَالَ الَّذِي عِنْدَ رَأْسِي لِلْآخَرِ: مَا بِالرَّجُلِ؟ قَالَ: مَطْبُوبٌ، قَالَ: وَمَنْ طَبَّهُ؟ قَالَ: لَبِيدُ بْنُ الْأَعْصَمِ رَجُلٌ مِنْ بَنِي رُرَيْقٍ حَلِيفٌ لِيَهُودَ كَانَ مُنَافِقاً، قَالَ: وَفِيمَ؟ قَالَ: فِي مُشْطٍ وَمُشَاطَةٍ، قَالَ: وَأَيْنَ؟ قَالَ: فِي جُفَّ طَلْعَةِ ذَكَرٍ تَحْتَ رَعْوَةٍ فِي بَئْرِ ذَرْوَانَ» قَالَتْ: فَأَتَى الشَّيْءُ بِالْبَئْرِ حَتَّىٰ اسْتَخْرَجَهُ... متفق عليه.

“阿依莎啊！你知道吗？凡是我求真主判断的事情，他都确已告诉了我对其的判断。有两个男子来于我，一个坐在我的头旁，另一个坐在我的脚旁，坐在我头旁的对坐在我脚旁的说：‘这个人怎么样了？’后者说：‘中了别人的魔术。’前者说：‘中了谁的魔术？’后者说：‘来比德·本·艾阿率姆，他是汝来古部落的人，是犹太人的盟友，是一个伪信者。’前者说：‘他用的是什么魔术？’后者说：‘一把梳子和一些梳落的头发。’前者问：‘在哪里？’后者回答说：‘在扎尔万井的井石下的一个干公椰枣的花序中。’”她说：“然后先知（愿主赐福之，并使其平安）来到那口水井，他取出了它……。”^①

^① 《布哈里圣训集》第 5765 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 2189 段

第二：不知道魔术所在，这时情况可以用两种方法进行治疗：

①-法律疗法 (الرقية الشرعية)。它就是必须要具备三个条件：清高的真主的言语；因为《古兰经》可以全面地治愈所有心灵和身体的弊病。或者是真主的使者（愿主赐福之，并使其平安）的言语，并且是阿拉伯语的。或者是其它明白其含义的记念词。并且当坚信这种治疗是凭借清高真主的大能，并非所念的经训，或记念词的本身。

②-法律允许的药物。如：蜂蜜，阿吉沃枣和芫荽子，以及放血疗法等等。

☞-伊本阿巴斯（愿主喜悦他俩）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن ابن عباس رضي الله عنهما عن النبي ﷺ قال: «الشفاء في ثلاثة في شرط محبهم، أو شربة عسل، أو كيّة بنار، وأنه أمتى عن الكي». متفق عليه.

“医疗分为三种：放血疗法，或喝蜜，或火烙疗法；我憎恶族人用火烙疗法。”^①

☞-塞阿德·本·艾布万噶斯（愿主喜悦他）的传述，他说：我听主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن سعد بن أبي وفاص ﷺ قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: «منْ

^① 《布哈里圣训集》第 5681 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 2205 段

تَصَبَّحْ بِسَبْعَ تَمَرَاتٍ عَجُوَّةً لَمْ يَضُرُّهُ ذَلِكَ الْيَوْمُ سُمٌّ وَلَا سِخْرٌ». متفق عليه.

“谁在早上吃了七颗阿吉沃枣，在那一天里任何毒物与魔术都不能伤害到他。”^①在《穆斯林圣训集》的另一传述中提到：

«مَنْ أَكَلَ سَبْعَ تَمَرَاتٍ مِمَّا بَيْنَ لَابَتِيهَا حِينَ يُصِبِّحُ لَمْ يَضُرُّهُ سُمٌّ حَتَّىٰ يُمْسِيٰ».

“谁在早上吃了七颗麦地那的椰枣，任何毒物都不能伤害到他，直到晚上。”^②

☞-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他听主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

عن أبي هريرة رضي الله عنه أنه سمع رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: «إِنَّ فِي الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ». متفق عليه.

“的确，除了死亡，芫荽子可以治疗各种病症。”^③

☞-艾布胡莱赖（愿主喜悦他）的传述，他说：主的使者（愿主赐福之，并使其平安）说：

وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «مَنْ احْتَجَمَ لِسَبْعَ عَشَرَةَ، وَقَسْعَ عَشَرَةَ، وَإِحْدَى وَعِشْرِينَ كَانَ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ». أخرجه أبو داود.

“谁在十七，十九与二十一用放血疗法，便可消除所有的病症。”^④

① 《布哈里圣训集》第5769段，《穆斯林圣训集》第 2047段，原文出自《穆斯林圣训集》

② 《穆斯林圣训集》第 2047段

③ 《布哈里圣训集》第 5688 段，《穆斯林圣训集》第 2215 段，原文出自《穆斯林圣训集》

④ 优良的圣训，《艾布达吾德圣训集》第 3861 段，

☞-为他人治疗者洗小净，然后对着病人的胸部，或任何肢体讽诵经文，然后念容易的经文并吹病人。其中有：《开端章》，库尔西经文，《黄牛章》的最后几节经文，《不信道的人们章》，《忠诚章》，《曙光章》和《世人章》，以及其它有关魔术与精灵的经文，如：

﴿وَأَوْحَيْنَا إِلَيْنَا مُوسَى أَنَّ أَلِقِ عَصَالَكَ فَإِذَا هِيَ تَلَقَّتْ مَا يَأْفِكُونَ ﴾١١٧﴾
 وَفِقْهَ الْحَقِيقَةِ
 ﴿وَيَطَّلَّ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾١١٨﴾ فَغُلِبُوا هُنَالِكَ وَأَنْقَلَبُوا صَغِيرِينَ ﴾١١٩﴾ وَأَلِقَ السَّحْرَةُ سَجِيدِينَ
 ﴿فَالْأُولَاءِ أَمَنَّا بِرِبِّ الْعَالَمِينَ ﴾١٢٠﴾ رَبِّ مُوسَى وَهَرُونَ ﴾١٢١﴾ [الأعراف: ١١٧-١٢٢].

【[117]我启示穆沙说：“你抛出你的手杖吧。”于是，那条手杖立刻消灭了他们所幻化的（大蛇）。[118]于是，真理昭着，而他们所演的魔术变成无用的。[119]法老等当场败北，一变而为屈辱者。[120]术士们不由己地拜倒下去，[121]他们说：“我们已信仰全世界的主，[122]即穆沙和哈伦的主。”】^①

﴿وَقَالَ فِرْعَوْنُ اقْتُلُونِي يَكْلِيلِ سَحِيرٍ عَلَيْهِ ﴾٧٦﴾ فَلَمَّا جَاءَهُ السَّحْرُ قَالَ لَهُمْ مُوسَى أَقْتُلُو مَا
 أَنْشَأْتُ مُقْتُلَوْنِي ﴾٧٧﴾ فَلَمَّا أَقْتُلُوا أَقْتُلُوكُمْ مَا جَعَلْتُمْ بِهِ السَّحْرَ إِنَّ اللَّهَ سَيَبْطِلُهُ إِنَّ اللَّهَ لَا يَضْلِلُ
 عَمَلَ الْمُقْسِدِينَ ﴾٧٨﴾ وَيَسْعِيُ اللَّهُ الْحَقَّ يُكَلِّمُنِيهِ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُونَ ﴾٧٩﴾ [يوسف: ٧٩-٨٢].

【[79]法老说：“你们把一切高明的术士都召来看我吧！”[80]当术士们来到的时候，穆沙对他们说：“你们要

^① 《高处章》第 117-122 节

抛出什么就快抛出来吧！” [81]当他们抛出来的时候，穆沙说：“你们所表演的确是魔术，真主必使它无效，真主必定不相助破坏者的工作。” [82]真主将以他的言语证实真理，即使犯罪的人不愿意。】^①

﴿فَالْوَيْنُوسَى إِنَّمَا أَنْتُنَّى وَإِنَّمَا أَنْ تَكُونَ أَوَّلَ مَنْ أَنْقَىٰ ٦٥﴾ قَالَ بَلْ أَنْقَوْا فَإِذَا جَاءَهُمْ
وَعَصَبُتْهُمْ يَخِيلُ إِلَيْهِ مِنْ سِحْرِهِمْ أَنَّهَا تَسْعَىٰ ٦٦﴾ فَأَوْجَسَ فِي نَفْسِهِ حِينَةً مُوسَىٰ ٦٧﴾ فَلَمَّا لَآتَنَّهُ
إِنَّكَ أَنْتَ الْأَعْلَىٰ ٦٨﴾ وَأَلْقَ مَا فِي يَمِينِكَ نَلَقَتْ مَا صَنَعُوا إِنَّمَا صَنَعُوا كَيْدُ سَاحِرٍ وَلَا يَقْلِبُ السَّاحِرُ
جِئْتُ أَنَّقَ ٦٩﴾ طه: ٦٥-٦٩ [٦٩]

【[65]他们说：“穆沙啊！是你先抛你的家伙呢？还是我们先抛呢？” [66]他说：“还是你们先抛吧！”他们的绳子和拐杖，在他看来，好像是因他们的魔术而蜿蜒的。[67]穆沙就心怀畏惧。[68]我说：“你不要怕，你确是占优势的。[69]你抛下你右手里的拐杖，它就会吞没了他们所造作的。他们所造作的，只是术士的法术；术士们无论干什么总是不成功的。”】^②

﴿وَاتَّبَعُوا مَا تَنَلُّوا الشَّيْطَانُ عَلَىٰ مُلْكِ شَائِمَنَ ۖ ...﴾ إِلَخُ الآية [البقرة: ١٠٩].

【[102]他们遵循众恶魔对于素莱曼的国权所宣读的诬蔑言论……】直至这节经文结束。】^③

①《优努斯章》第 79-82 节

②《塔哈章》第 65-69 节

③《黄牛章》第 102 节

وَالصَّنْقَتِ صَفَاٰ ۝ فَالْتَّجَرَتْ زَحْرَاٰ ۝ فَالثَّالِيَتْ ذَكْرَاٰ ۝ إِنَّ إِلَهَكُمْ لَوَاحِدٌ ۝ ۱
رَبُّ الْسَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا وَرَبُّ الْمَشْرِقِ ۝ إِنَّا زَيَّنَّا أَسْمَاءَ الدُّنْيَا بِزِينَةٍ الْكَوَاكِبِ ۝ ۲
وَحِفَظَاهُ مِنْ كُلِّ شَيْطَنٍ مَّارِدٍ ۝ لَا يَسْمَعُونَ إِلَى الْتِلَاءِ الْأَعْلَى وَيُقْدَفُونَ مِنْ كُلِّ جَانِبٍ ۝ دُمُورًا ۝ ۳
وَلَهُمْ عَذَابٌ وَّاصِبٌ ۝ إِلَّا مَنْ حَفِظَ الْمُنْظَفَةَ فَأَبْعَثَهُ شَهَابٌ ثَاقِبٌ ۝ [الصافات: ۱۰-۱].

【[1] 以列班者发誓，[2]以驱策者发誓，[3]以诵读教诲者发誓，[4]你们所当崇拜者，确是独一的，[5]他是天地万物之主，是一切东方的主。[6]我确已用文采即繁星点缀最近的天，[7]我对一切叛逆的恶魔保护它。】^①

﴿وَإِذْ صَرَفْنَا إِلَيْكُنَّ نَفَرًا مِنَ الْجِنِّ يَسْتَمِعُونَ الْقُرْءَانَ فَلَمَّا حَضَرُوهُ قَالُوا أَنْصِشُوا فَلَمَّا
قُصِّيَ وَلَوْا إِلَى قَوْمِهِمْ مُنْذِرِينَ ﴿٢١﴾ قَالُوا يَقُولُونَا إِنَّا سَمِعْنَا كِتَابًا أُنزِلَ مِنْ بَعْدِ مُوسَى
مُصَدِّقًا لِمَا بَيْنَ يَدَيْهِ يَهْدِي إِلَى الْحَقِّ وَلَكَ طَرِيقٌ مُسْتَقِيمٌ ﴿٢٢﴾ يَقُولُونَا أَجِبْبُوا دَاعِيَ اللَّهِ وَمَاءْمُونُوا
يَهْدِي، يَغْفِرُ لَكُمْ مِنْ ذُنُوبِكُمْ وَيُهْرِكُمْ مِنْ عَذَابِ أَلِيمٍ ﴿٢٣﴾ وَمَنْ لَا يُحِبُّ دَاعِيَ اللَّهِ فَلَيْسَ بِمُعْجِزٍ
فِي الْأَرْضِ وَلَيْسَ لَهُ مِنْ دُونِهِ أُولَئِكَ فِي ضَلَالٍ شَدِيدٍ ﴿٢٤﴾ [الأحقاف: ٣٩-٤٩]

【[29]当时，我曾使一伙精灵，走到你面前，来静听《古兰经》。当他们来到了他面前的时候，他们说：“大家静听吧！”诵读既毕，他们就回去警告他们的宗族，[30]他们说：“我们的宗族啊！我们确已听见一本在穆沙之后降示的经典，它能证实以前的天经，能指引真理和正路。[31]我们的宗族啊！你们当应答真主的号召者，而归信真主，

^①《列班者章》第1-10节

真主将赦宥你们的一部分罪过，并使你们得免于痛苦的刑罚。[32]不应答真主号召者的人，在大地上绝不能逃避天谴，除真主外，他们绝无保护者，这等人是在明显的迷误中的。”】^①

﴿يَنْعَشِرُ الْجِنُّ وَالْإِنْسَانُ إِذْ أَسْتَطَعُهُمْ أَنْ تَفْدُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ فَأَنْذُرُوا لَا
تَفْدُونَكُلَّا إِلَّا سُلْطَنِي ﴿٣٣﴾ فِي أَيِّ مَا لَهُ رِئَةٌ كَمَا تَكْذِبُونَ ﴿٣٤﴾ يُرْسَلُ عَلَيْكُمْ حَشَاؤُتٌ مِّنْ تَأْرِيقَهَا فَلَا
تَنْصَرَانِ ﴿٣٥﴾ فِي أَيِّ مَا لَهُ رِئَةٌ كَمَا تَكْذِبُونَ ﴿٣٦﴾﴾ [الرحمن: ٣٣-٣٦]

【[33]精灵和人类的群众啊！如果你们能通过天地的境界，你们就通过吧！你们必须凭据一种权柄，才能通过。[34]你们究竟否认你们的主的哪一件恩典呢？[35]火焰和火烟将被降于你们，而你们不能自卫。[36]你们究竟否认你们的主的哪一件恩典呢？】^②

﴿وَإِنْ يَكُادُ الَّذِينَ كَفَرُوا لِيُزْفُوْنَكَ بِأَبْصَرِهِنَّ لَمَّا سَمِعُوا الْأَكْرَبَ وَقَوْلُونَ إِنَّهُ لَجَنْحُونَ ﴿٥٧﴾ وَمَا هُوَ إِلَّا
ذِكْرٌ لِّلْعَالَمِينَ ﴿٥٨﴾﴾ [القلم: ٥١-٥٩].

【[51]不信道的人们几乎以他们的怒目使你跌倒。当他们听到宣读教诲的时候，他们说：“他确是一个疯子。”[52]这《古兰经》不是别的，它是对全世界的教诲。】^③

﴿أَفَحَسِبَتُمْ أَنَّمَا خَلَقْتُكُمْ عَبْدًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجِعُونَ ﴿١١٥﴾﴾ [المؤمنون:

① 《沙丘章》第 29-32 节

② 《至仁主章》第 33-36 节

③ 《笔章》第 51-52 节

.[115]

【[115]难道你们以为我只是徒然地创造了你们，而你们不被召归我吗？】^①

然后他再以正确的《圣训》中所提到的祈祷词祈求。
托靠真主，我们将在《治疗毒眼篇》提到。

① 《信士章》第 115 节

第五：治疗毒眼

☞- **毒眼**：就是发自嫉妒者，惯用毒眼者的内心对被嫉妒者与被毒眼看过者的毒箭，有时是故意地，有时错过的；如果毒眼遇到毫无防备，毫无保护者时，那么，它对其必定会有影响；如果毒眼遇到早有提防，设有防御者时，那么，它对其就不会有任何影响。

☞- 人类遭到毒眼是由于遭到惯用毒眼者观看的同时疏忽了记念真主所造成的，是嫉妒（羡慕），或者是因为过于惊奇的结果，其次，也许是由于精灵中的恶魔帮助所致。

☞- 中毒眼的形式

惯用毒眼者通常都是针对那些不记念清高真主的尊名，不希望因记念真主而获得吉庆的人，恶魔的灵魂时刻抓住他，他没有任何防备措施，如果伟大尊严的真主意欲时，就会使此人遭受毒眼或受到伤害。

☞- 中毒眼者有两种情况：

①- 如果知道是谁使用的毒眼，就应命令他洗大净，使用毒眼者应为了顺从伟大尊严的真主及其使者（愿主赐福之，并使其平安）的命令，当服从命令而洗大净，然后从遭受毒眼者的背后把使用毒眼者洗大净的水一次性地泼在

他的身上，凭借清高的真主意欲，遭受毒眼者就能得以康复。

②-伊本阿巴斯（愿主喜悦他俩）的传述，先知（愿主赐福之，并使其平安）说：

- عن ابن عباس رضي الله عنهمَا عن النبي ﷺ قال: «العَيْنُ حَقٌّ، وَلَوْ كَانَ شَيْءٌ سَابِقُ الْقَدَرِ سَبَقْتُهُ الْعَيْنُ، وَإِذَا اسْتُغْسِلْتُمْ فَاغْسِلُوا». أخرجه مسلم.

“毒眼致病是真是的，假若有任何事情抢先于前定，那么，也只有毒眼抢先于它；如果有人让你们洗大净，你们当洗大净。”^①

☞ - 洗大净的形式

①-艾布吴玛麦·本·赛海鲁·本·哈尼法的传述，他的父亲告诉他，他们曾经与主的使者（愿主赐福之，并使其平安）一起去往麦加的方向……在其中提到……

- عن أبي أمامة بن سهل بن حنيف أن أباه حدثه أنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ خَرَجَ وَسَارُوا مَعَهُ نَحْوَ مَكَّةَ.. - وَفِيهِ - فَلَبِطَ بِسَهْلٍ، فَأَتَى رَسُولَ اللَّهِ ﷺ فَقِيلَ لَهُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، هَلْ لَكَ فِي سَهْلٍ وَاللَّهُ مَا يَرْفَعُ رَأْسَهُ وَمَا يُفِيقُ، قَالَ: «هَلْ تَتَهْمُونَ فِيهِ مِنْ أَحَدٍ؟» قَالُوا: نَظَرَ إِلَيْهِ عَامِرُ بْنُ رَبِيعَةَ.

فَدَعَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ عَامِرًا فَتَغَيَّزَ عَلَيْهِ وَقَالَ: «عَلَامَ يَقْتُلُ أَحَدُكُمْ أَخَاهُ؟ هَلَّا إِذَا رَأَيْتَ مَا يُعْجِبُكَ بَرَّكْتَ» ثُمَّ قَالَ لَهُ: «أَغْسِلْ لَهُ» فَغَسَلَ وَجْهَهُ وَيَدَيْهِ وَمِرْفَقَيْهِ وَرُكْبَتَيْهِ وَأَطْرَافَ رِجْلَيْهِ وَدَاخِلَةَ إِزارِهِ فِي قَدَحٍ ثُمَّ صَبَ ذَلِكَ

^① 《穆斯林圣训集》第 2188 段

الْمَاءُ عَلَيْهِ يَصْبُّهُ رَجُلٌ عَلَى رَأْسِهِ وَظَهِيرَهُ مِنْ خَلْفِهِ، ثُمَّ يُكْفِيُ الْقَدَحَ وَرَاءَهُ، فَفَعَلَ بِهِ ذَلِكَ فَرَاحَ سَهْلٌ مَعَ النَّاسِ لَيْسَ بِهِ بِأُسْ. أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ وَابْنُ مَاجِهِ
 赛海鲁跌倒在地，然后人们把他带来见主的使者（愿
 主赐福之，并使其平安），有人对使者说：“主的使者啊！
 您有办法治疗赛海鲁吗？指主发誓，他头也不抬，昏迷不
 醒。”他说：“你们怀疑是何人伤害了他？”他们说：“阿米尔·本·莱比阿用毒眼看了他。”主的使者（愿主赐福之，
 并使其平安）非常生气地喊来阿米尔，他说：“你们某人为
 什么要杀害自己的弟兄，如果你看到你喜爱的事物时，你
 当为他祈求吉庆。”而后他对阿米尔说：“你为他沐浴吧！”
 然后阿米尔在装水的容器里洗了脸，两手，两肘，两膝盖，
 两脚跟和衣里。有人接过那个水，把水从赛海鲁的后面泼
 在他的头部和背部，然后把容器里的水全部泼在他的后面，
 通过这种行为之后，赛海鲁与其他人一样轻松，并没有巨
 大的痛苦。^①

❷-如果不知道谁是使用的毒眼者，那么，可以在相信
 真主的同时，用《古兰经》和正确的《圣训》治疗病人。
 治疗者与被治疗者都应当坚信伟大尊严的真主才是真正使
 人康复者，坚信《古兰经》是康复的良药。然后用《古兰
 经》中容易的经文与正确的《圣训》为其治疗，其中有：

^①正确的圣训，《艾哈默德圣训集》第 16076 段，原文出自《艾哈默德圣训集》，《伊本马哲圣训集》第 3509 段

☞-《开端章》，库尔西经文，《黄牛章》的最后几节经文，《忠诚章》，《曙光章》和《世人章》，如果他意欲，可以诵读下列以及其它的《古兰经》文：

﴿فَإِنْ يَأْمُنُوا بِمِثْلِ مَا يَأْمُنُّمْ بِهِ فَقَدْ أَهْتَدُوا وَإِنْ تُؤْمِنُوا فَإِنَّمَا هُمْ فِي شِقَاقٍ فَسَيَكْنِي لَهُمْ اللَّهُ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ﴾ [البقرة: ١٣٧]

【[137]如果他们象你们样信道，那么，他们确已遵循正道了；如果他们背弃正道，那么，他们只陷于反对中；真主将替你抵御他们。他确是全聰的，确是全知的。】^①

﴿وَإِنْ يَكُادُ الَّذِينَ كَفَرُوا لِيُرْثُونَكَ إِبْصَرِيهِ لَمَّا يَمْعِدُ الْيَكْرَ وَيَقُولُونَ إِنَّهُ لِمَجْنُونٌ﴾ [القلم: ٥١]

【[51]不信道的人们几乎以他们的怒目使你跌倒。当他们听到宣读教诲的时候，他们说：“他确是一个疯子。”】^②

﴿أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَى مَا أَنْهَمْتُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ فَقَدْ أَتَيْنَا أَهْلَ إِبْرَاهِيمَ الْكَتَبَ وَالْكِتَابَ وَمَا أَتَيْنَاهُمْ مُلْكًا عَظِيمًا﴾ [النساء: ٥٤]

【[54]难道他们嫉妒别人享受真主所赐的恩惠吗？我确已赏赐伊布拉欣的后裔天经和智慧，我又赏赐他们一个广大的国土。】^③

① 《黄牛章》第 137 节

② 《笔章》第 51 节

③ 《妇女章》第 56 节

﴿وَنَزَّلْنَا مِنَ الْقُرْءَانِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُتَوَمِّنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا﴾

[الإسراء: ٨٦]

【[82]我降示《古兰经》是对信士们的治疗和慈悯，她只会使不信道者更加亏损。】^①

﴿قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ﴾ [فصلت: ٤٤]

【你说：“它是信道者的正道和康复。”^②以及其他容易的经文。

☞-然后再诵读一些正确的《圣训》中提到的祈祷词，其中有：

«اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ، أَذْهِبِ الْبَأْسَ، وَأْشِفِهِ وَأَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا». متفق عليه.

☞- “人类的养育主啊！求您消除疾病吧！求您使其康复吧！您是康复者，除您外，绝无康复者，您康复一切病症。”^③

«بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ، مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ، مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ حَاسِدٍ اللَّهُ يَشْفِيكَ بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ». أخرجه مسلم.

☞- “凭借真主的尊名我为你治疗，治疗所有的伤害——来自人类的伤害，或妒眼的伤害，愿真主使你康复，凭借真主的尊名我为你治疗。”^④

^① 《夜行章》第 82 节

^② 《奉绥来特章》第 44 节

^③ 《布哈里圣训集》第 5743 段，原文出自《布哈里圣训集》，《穆斯林圣训集》第 2191 段

『بِاسْمِ اللَّهِ يُبْرِيكَ، وَمِنْ كُلِّ دَاءٍ يُشْفِيكَ، وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ، وَشَرِّ
كُلِّ ذِي عَيْنٍ』。أخرجه مسلم

☞ — “奉真主之名使你痊愈，使你从所有的病症中恢复健康，免遭嫉妒者嫉妒时的伤害，免遭所有毒眼的伤害。”

②

『اَمْسَحِ الْبَأْسَ رَبَّ النَّاسِ، بِيَدِكَ الشَّفَاءُ، لَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا أَنْتَ』。أخرجه
البخاري.

☞ — “人类的养育主啊！求您消除疾病吧！您亲手掌管康复，只有您才能解救他。”^③

『أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَّةٍ』。
أخرجه البخاري.

☞ — “我以真主完美的言词祈求真主保护，免遭所有的恶魔，毒虫与毒眼的伤害。”^④

『أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ』。أخرجه مسلم
☞ — “我以真主所有完美的言辞祈求真主保护，免遭万物的伤害。”^⑤

『بِاسْمِ اللَّهِ (ثَلَاثَةً) أَعُوذُ بِاللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأَحَادِرُ』 سبع
مرات واضعاً يده على مكان الألم. أخرجه مسلم

① 《穆斯林圣训集》第 2186 段

② 《穆斯林圣训集》第 2185 段

③ 《布哈里圣训集》第 5744 段

④ 《布哈里圣训集》第 3371 段

⑤ 《穆斯林圣训集》第 2709 段

☞ - 把手放在疼痛的地方，说三遍：“奉真主的尊名”，
然后再说七遍：“我以真主及其大能求保护，免遭疼痛和灾
难。”^①

«أَسْأَلُ اللَّهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ أَنْ يَشْفِيكَ إِلَّا عَافَهُ اللَّهُ مِنْ ذَلِكَ
الْمَرْض» سبع مرات. أخرجه أبو داود والترمذى.

☞ - “我求伟大的真主，伟大阿尔西的养主使你康复。
那么，真主就会使他免遭那种绝症。”七遍^②

① 《穆斯林圣训集》第 2202 段

② 正确的圣训，《艾布达吾德圣训集》第 3106 段，原文出自《艾布达吾德圣训集》，《提勒秘目圣训集》第 2083 段